

BATIR SON BONHEUR

« Je fais toute chose nouvelle »

« Lève-toi, resplendis, car voici ta lumière, car sur toi s'est levée
la Gloire du Seigneur »
Esaïe 60 :1





UN PEU PLUS SUR L'AUTEUR

Joachim Fontaine est Neuro-Activ Pasteur & Coach, engagé depuis de nombreuses années dans l'accompagnement de la transformation personnelle, émotionnelle et spirituelle. Marié à Véronique, ils ont six enfants à tous les deux, il incarne un leadership authentique, façonné par un parcours de restauration profonde et une passion sincère pour l'alignement intérieur, la liberté et la croissance humaine.

Son approche est intégrative et holistique, à la croisée des neurosciences, de la PNL, de la gestion émotionnelle et d'une vision biblique profondément incarnée de la personne. Joachim aide ainsi chacun à penser, ressentir et agir avec plus de cohérence, de justesse et de sens. Son expertise en coaching se conjugue naturellement à son appel pastoral pour proposer un accompagnement où la foi, le développement personnel et l'activation du potentiel se rencontrent harmonieusement.

Pasteur principal, leader visionnaire et implanteur de l'Église WE, Joachim œuvre à bâtir un mouvement chrétien vivant, réconciliateur et missionnaire, fondé sur cette conviction : « Lève-toi, resplendis, car ta lumière arrive ». Plus qu'un ministère, sa vie est une réponse engagée à l'appel de Dieu pour contribuer à la restauration d'un monde porté par le meilleur — le meilleur révélé à travers l'identité réelle de chaque individu.

Sa vision est de voir émerger une génération de femmes et d'hommes libres, alignés et établis, capables d'aimer au-delà des apparences, de croire là où l'espoir s'est éteint, et d'oser vivre pleinement qui ils sont. Il œuvre à révéler les cœurs, les dons, les compétences, les passions et la créativité de chacun, afin que ces richesses deviennent une force au service des autres.

À travers le coaching, le consulting et la formation, Joachim poursuit un objectif clair : libérer des leaders épanouis, équipés et envoyés, capables d'impacter positivement leur environnement personnel, professionnel, spirituel et social. Son message, profondément enraciné dans l'expérience vécue et l'espérance chrétienne, rejoint particulièrement celles et ceux qui cherchent à dépasser leurs blocages, réconcilier leur histoire et activer leur destinée.

Joachim contribue également à plusieurs initiatives de formation et de transformation, notamment We Live, Released People et ExponenCiel International qu'il a fondé avec son épouse. Sa vision est claire : former 10 000 leaders épanouis, équipés et envoyés, capables d'impacter positivement leur environnement et de vivre une vie alignée avec leur identité et leur mission.

Joachim intervient régulièrement en prédication, conférences, formations, ateliers de leadership, coaching individuel et accompagnement de groupes, avec une vision affirmée : former et envoyer des leaders capables de vivre pleinement leur identité et de mettre leur potentiel au service d'un monde en quête de sens, d'amour et d'espérance.



SOMMAIRE

BIENVENUE !	5
DIEU, SA CREATION, SON PLAN !.....	6
Une idée merveilleuse	6
Une source de bénédiction	8
La chute	9
Dieu a un plan	10
QUI SUIS-JE ?	11
Créé à Son image	11
Les conséquences de la chute.....	12
La restauration.....	14
Jésus : la solution !.....	15
LE COME-BACK !	16
Un vase nouveau.....	16
Qui est Dieu ?	18
La repentance	20
Je pardonne.....	21
NOUVEAU DEPART !	23
Redéfinir sa normalité	23
Renouveler son intelligence	25
Façonner ses pensées	26
Prends soin de ton cœur et ton esprit.....	28
Prends soin de ton corps.....	30
MA FAMILLE	32
Une famille épanouie	33
Mon mariage.....	34
Remariage	37
Mes enfants.....	39
Une famille solide.....	40
MES RELATIONS.....	42
Une valeur ajoutée à ma vie	42
Identifier une relation saine	44
Les principaux obstacles à une bonne relation	45
Relationner : un apprentissage !.....	46
JE COURS VERS LE BUT !.....	48
Victoire pour ma destinée.....	48
Buts & objectifs	49
Un leader libre & doué.....	51
Cours vers le but !	53
BIBLIOGRAPHIE	55



BIENVENUE !

Nous sommes profondément heureux de te compter parmi les participants à ce **parcours de développement personnel**. Ce parcours a été conçu pour t'aider à progresser, à rétablir une vision juste et vivante de Dieu, et à avancer — ensemble et personnellement — vers une relation plus intime et authentique avec Lui. Notre désir est que tu puisses entrer pleinement dans ce que Dieu a préparé pour ta vie.

C'est une vraie joie et un encouragement de voir ton intérêt pour cet accompagnement. Nous croyons que ta participation te conduira plus loin dans ton rétablissement spirituel, émotionnel et relationnel. Tu as une grande valeur aux yeux de Dieu, et depuis toujours, Il désire t'établir comme un pilier de Son Royaume.

Les blessures, les expériences du passé ou certaines influences peuvent parfois altérer notre communion avec Dieu. Traditions, peurs ou excès peuvent nous éloigner de la culture saine et équilibrée dans laquelle Dieu nous a créés, pour nous entraîner vers des fonctionnements plus confortables ou, au contraire, paralysants.

Ce parcours a pour objectif de rétablir des vérités essentielles, de t'aider à renouveler ta manière de penser et à ajuster ta posture intérieure, afin que tu deviennes pleinement ce que Dieu attend de toi et que tu puisses vivre un véritable épanouissement. Il t'invitera à entrer dans une relation plus saine, équilibrée et profonde avec Dieu. Nous croyons que le Saint-Esprit, qui demeure en nous, connaît parfaitement le cœur du Père et qu'Il t'accompagnera avec simplicité pour y accéder, Le comprendre, Le refléter et œuvrer dans la puissance de Dieu pour Son Royaume.

Ce parcours a été pensé pour être accessible à chacun, tout en posant des bases solides pour aller plus loin. Nous t'encourageons à cultiver chaque jour ta communion avec Dieu, à Le chercher en priorité, et à persévérer dans l'application concrète de ce cheminement. Ce parcours n'est pas une fin en soi, mais le commencement d'une nouvelle marche vers et dans l'extraordinaire de Dieu.

Nous prions que tu sois pleinement béni, renouvelé et fortifié tout au long de ce chemin.

Excellent cheminement à toi !

Joachim Fontaine
Pasteur & Coach



SESSION 1

DIEU, SA CREATION, SON PLAN !

Lorsqu'on s'intéresse à l'art littéraire, au cinéma ou encore à l'art de la mise en scène, nous apprenons comment concevoir une pièce, un film ou encore un spectacle. Qui rêverait de faire partie d'un drame, d'un film d'horreur ou encore d'un film de guerre ? En revanche, toute personne saine et équilibrée serait encline à vouloir faire partie d'une « Love story » (ou film romance), d'un film de Noël ou encore d'une comédie où l'on ne cesse de rire tout au long. Personne ne souhaite être malheureux. Nous aspirons tous à l'épanouissement le plus complet. Je dirai même pour ma part, qu'un mix des trois me conviendrait parfaitement ! Malgré le fait qu'il n'y ait pas que du bonheur et que souvent des souffrances y sont aussi exposées. Toutefois, la somme des décisions prises, pas toujours évidentes, et des « hasards » viennent changer les choses de manière à ramener tout le monde à un plan beaucoup plus beau, beaucoup plus agréable et qui pourtant à la vue des difficultés initiales n'était dans aucun des cœurs au début du film. Puis vient la chute, le moment où un événement vient faire dégringoler l'ensemble de la construction pour terminer sur la réconciliation et la véritable alliance dans la transparence et la véritable beauté. Et si je vous disais qu'aujourd'hui vous êtes l'acteur principal d'un film merveilleux alliant romance, espérance et réjouissance que me diriez-vous ? En réalité peu importe ce que je vous dis ou ce que je pense, regardons simplement ce que Dieu, vérité absolue, nous dit à ce sujet. En effet, tout comme un acteur ne peut vivre pleinement son rôle sans le scénariste, le producteur, toute l'équipe de production et les autres acteurs, nous ne pouvons pas pleinement nous épanouir et accomplir notre destinée sans notre créateur et tous ceux dont ils nous entourent.

Pour vivre pleinement sa vie, nous avons besoin de savoir comment nous avons été créés, qui nous sommes vraiment. Nous avons besoin de savoir pourquoi nous avons été créés. Sans but, nous pouvons toujours essayer de vivre pleinement ou d'accomplir pleinement une volonté, nous n'y arriverons pas. Les grandes questions qui reviennent souvent sont les suivantes : Quelle est la volonté de Dieu pour moi ? Est-ce que cela est réellement la volonté de Dieu ? Comment puis-je savoir si c'est la volonté de Dieu ?

A ces questions, nous pouvons répondre simplement : « Qui de mieux placé que notre créateur lui-même pour nous expliquer cela ? » En apprenant à développer une communion plus profonde avec Dieu, nous apprendrons à Le connaître et, en apprenant à Le connaître, nous apprendrons à comprendre qui nous sommes et Sa volonté pour nous. Tout découle de notre communion avec Dieu, Lui seul peut nous conduire dans l'épanouissement. La qualité de notre santé spirituelle impactera notre santé émotionnelle qui impactera à son tour notre santé relationnelle.

Regardons maintenant ce que Dieu nous dit à propos de toi et du but dans lequel il t'a créé...

Une idée merveilleuse

« Dieu considéra tout ce qu'il avait créé : c'était très bon » Genèse 1.31

Lorsque nous lisons le premier chapitre de la Genèse (qui signifie littéralement « commencement ») nous constatons qu'à chaque fin de journée Dieu dit que c'était bon. Mais lorsqu'il finit la création de l'être humain, il considéra que cela était très bon. Il venait de créer une merveilleuse créature à son image nous dit le verset

27. Bien que nous habitions dans un corps, nous sommes un esprit comportant une âme. Dieu a eu une merveilleuse idée en créant l'être humain capable de prendre des décisions pouvant créer la mort ou la vie. En le créant il n'y avait pas de mal, il n'y avait que du bon, du très bon même. Dieu a créé l'Homme afin qu'il puisse être en intimité parfaite avec lui et en toute confiance. Toutefois, être créé à l'image de Dieu implique que nous avons toute capacité, que nous puissions prendre des décisions mais également que nous sommes maîtres de nos décisions. Dieu nous aime et l'amour n'exige rien, il n'impose rien. Dieu n'a pas créé des robots mais des hommes et des femmes dotés d'une pleine capacité, il a créé des créatures merveilleuses à Son image. Cela implique deux choses importantes :

1. Nous sommes dotés du libre arbitre et avons la capacité de produire la vie ou la mort
2. Nous avons été créés pour vivre en complète harmonie dans l'ensemble de nos capacités, à savoir spirituelles (esprit), émotionnelles (âme) et relationnelles (corps).

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Prends un instant pour penser à cette création telle qu'elle fut au début et notes ici à quel point nous nous en sommes éloignés ?

Imagine ce que pouvaient ressentir ces premiers humains et note le ici. Est-il possible selon toi de revenir à ce plan originel ?

En te créant, toi, Dieu a trouvé que tout était très bon et a fait de toi quelqu'un de libre. Qu'est-ce que cela change pour toi ? Qu'est-ce que cela t'inspire ? Que peux-tu faire avec cela ?

Une source de bénédiction

Continuons dans le même passage : « Dieu les bénit en disant : Soyez féconds, multipliez-vous, remplissez la terre, rendez-vous en maîtres, et dominez les poissons des mers, les oiseaux du ciel et tous les reptiles et les insectes. » Genèse 1.28

Nous voyons ici une preuve d'amour merveilleuse de Dieu et un désir de les bénir en leur donnant autorité sur toute Sa création. Lorsque nous regardons le sens originel des mots nous constatons que Dieu est béni en nous bénissant, il aime nous bénir et trouve un bonheur à nous voir heureux et épanoui. Nous pouvons également observer qu'ici Dieu ne parle pas seulement de fécondité lorsqu'il emploie le terme « multipliez-vous, remplissez la terre et rendez-vous en maître ». Il parle également de porter du fruit, de croître, de se développer jusqu'à être rempli en abondance être pleinement armé, accompli, satisfait, achevé pour pouvoir remplir, armer, accomplir, satisfaire et achever. Dieu veut votre bonheur, il n'y a rien de mauvais et rien de mal qui puisse venir de Dieu, tout ce qu'il souhaite c'est votre bonheur et que vous soyez pleinement bénis. Nous voyons d'ailleurs, que tous ceux qui se sont approchés de lui l'ont été. Regardons Abraham, Isaac, Jacob... Cela est également possible pour vous. Peu importe votre situation, sachez que vous êtes une bénédiction et que les bénédictions de Dieu sont disponibles pour vous maintenant. Regardons Jaebets, né et portant la douleur comme prénom. Il a crié à Dieu ainsi : « Veuille me bénir et agrandir mon territoire ! Que ta main soit avec moi ! Préserve-moi du mal, afin que je ne vive pas dans la douleur » et la Bible nous dit que Dieu lui accorda ce qu'il avait demandé.

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Relisez le passage de 1 Chronique 4.9-10 et notez ici vos remarques, qu'a-t-il fait de plus pour être honoré plus que ses frères ?

Dieu vous a créé pour être béni et pour bénir. Notez-ici une prière pour saisir cette bénédiction dans votre vie et une action concrète que vous allez faire pour être une bénédiction.

La chute

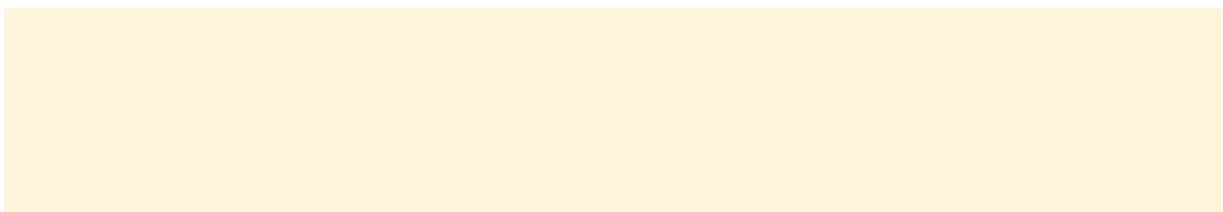
Lorsque Dieu nous a créé, tout était très bon, tout était parfait. Adam et Eve étaient en harmonie parfaite avec Dieu. Ils étaient dans une intimité parfaite où rien ne les séparait de Dieu, de Ses bénédictions, de Ses plans. Ils vivaient pleinement épanouis, possédant une liberté complète et toute la puissance du monde. Ils possédaient tout excepté une chose : la connaissance du mal. Car Dieu ne voulait pas qu'ils puissent connaître douleur et confusion. La chute n'a jamais fait partie du plan initial de Dieu. Toutefois nous l'avons vu, dans Son amour Il nous a laissé le libre arbitre et dans Sa fidélité, Il a permis son exercice. S'Il ne nous l'avait pas laissé, nous aurions été de simples robots ou marionnettes. Or, Dieu n'a pas voulu créer des jouets, Il a souhaité créer des amis intimes, des enfants qu'Il chérit et qui sont libres de l'adorer. Cela, en revanche, n'était pas la volonté de satan qui ne cherche qu'à détruire et prendre la place de Dieu. Il a alors cherché à détruire ce qu'il y avait de plus cher à Dieu : Sa création. La chute était une idée et la volonté de satan. C'est aussi la conséquence de la désobéissance de l'Homme. Dieu a toujours eu un autre plan pour nous et Il a tout créé dès le début pour nous y conduire. Aujourd'hui il nous est encore possible de vivre ce plan originel et d'y revenir mais pour cela nous avons besoin de prendre conscience de la distance à laquelle nous nous trouvons de ce plan.

Je vis le bonheur aujourd'hui !

L'ennemi a-t-il déjà tenté de vous détourner du plan de Dieu en murmurant à vos oreilles : Dieu a-t-il vraiment dit... ? (Genèse 3.1). Comment s'y est-il pris ?

Et vous, quelles ont été les conséquences de vos mauvais choix ?

Nous l'avons vu, Dieu n'a jamais souhaité la chute et un nouveau départ est toujours possible avec Dieu. Aujourd'hui, notez les mensonges auxquels vous avez cru et qu'il vous faut dénoncer et remplacer par ce que Dieu souhaite pour vous ? Ex. J'ai cru au mensonge que.. Dieu me dit dans sa Parole que... Méditez cela et repassez cela dans votre cœur afin de vous imprégner de la vérité.



Dieu a un plan

Malgré la chute, Dieu a toujours des plans magnifiques pour vous ! Il vous aime réellement et ce qu'Il a en réserve pour vous est toute une série de plan merveilleux.

« Car je connais les projets que j'ai conçu en votre faveur, déclare l'Eternel : ce sont des projets de paix et non de malheur afin de vous assurer un avenir plein d'espérance » Jérémie 29.11

"Wow" dirions-nous ! Et pourtant aujourd'hui plusieurs pensent, c'était avant que je fasse ceci ou cela, je me suis détourné de ce plan et aujourd'hui je ne peux plus y accéder. Mais à cela Dieu répond :

« Avant de te former dans le ventre de ta mère, je te connaissais et avant que tu naisses je t'avais consacré, je t'avais désigné prophète pour les nations ». Jérémie 1.5

Dieu vous connaît, Il vous a créé et Il vous aime. Dieu a des plans qui dépassent tout ce que vous pouvez imaginer pour votre vie dans tous les domaines. Il veut vous aider à atteindre vos rêves de santé, de plénitude, de prospérité. Il n'est pas là pour jouer avec vous mais pour vous dévoiler les plans merveilleux qu'il a pour vous et son plus grand désir et de vous voir épanoui dans ceux-ci, Il vous connaît et Il sait mieux que quiconque ce qu'il y a de meilleur pour vous.

Souhaitez-vous connaître Ses plans ?

Pour cela il est nécessaire de débiter un processus qui commence par les étapes suivantes :

- o Affrontez votre passé : beaucoup de déchets nous empêchent de voir ce que Dieu a pour nous, il est donc temps de procéder au nettoyage de printemps dans votre cœur et votre esprit afin de voir enfin les merveilles de vos placards et de vos boîtes à bijoux.
- o Redéfinissez votre moi selon l'image que Dieu a de vous et non celle que vous développez actuellement. Pour cela, faites confiance au Saint Esprit.
- o Nous allons prendre, ensemble, des mesures pour changer notre façon de penser, de ressentir et de prendre des décisions.

Voilà une ligne directrice pour la suite de cette formation mais avant de poursuivre...

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Notez-ici l'ensemble des marques du passé que vous identifiez et qui vous amènent aujourd'hui à être comme sclérosé dans votre vie ? (Prenez une feuille à part, si cette espace ne suffit pas)

SESSION 2

QUI SUIS-JE ?

Nous avons vu dans la précédente session que l'une des clés pour saisir pleinement les plans de Dieu et s'épanouir comme Dieu le souhaite nécessite de bien se connaître. Nos expériences de vie, depuis la plus petite enfance, nos vécus en tant qu'adulte et les transmissions générationnelles que nous avons eues nous ont laissé des marques de l'imperfection humaine. Nous ne sommes pas là en train de juger qui que ce soit mais nous sommes tous d'accord et contraints de constater que l'Homme est imparfait et que s'il peut donner de bonnes choses, il peut également en transmettre de mauvaises. La Bible nous le confirme d'ailleurs :

« Si nous prétendons n'être coupables d'aucun péché, nous sommes dans l'illusion, et la vérité n'habite pas en nous ». 1 Jean 1.8

Tout cela impacte la vision que vous avez de Dieu, de vous-même et du monde qui vous entoure. Il est important que nous prenions le temps maintenant de rétablir quelques vérités qui vous concernent afin que vous puissiez savoir et vous voir tel que vous êtes réellement.

Voyons donc ensemble ce que Dieu nous dit de toi !

Créé à Son image

« Faisons les hommes de sorte qu'ils soient à notre image, qu'ils nous ressemblent. Qu'ils dominent sur les poissons de la mer, sur les oiseaux du ciel, sur les bestiaux sur toute la terre et sur tous les reptiles et les insectes. » Genèse 1.26

Prenons un instant pour repenser à cela : nous avons été créés à l'image de Dieu. L'ADN qui fonde notre identité est donc celui de Dieu. Nous sommes sa création, nous Lui ressemblons. Je ne sais pas quelle est votre image de Dieu mais nous serions tous d'accord pour dire que Dieu est grand, bon, généreux, qu'il est sain et équilibré, qu'il est créatif, infiniment intelligent etc. et cela sur tous les plans. Lorsqu'il nous a créés, Dieu nous a créés pour de grandes choses. Il nous a créés en parfaite harmonie sur le plan spirituel, émotionnel et relationnel. Dieu a créé des êtres à son image des personnes saines, restaurées et entières. Nous n'étions pas capables de produire ou de faire le mal. Seulement le bien. Nous étions des créatures parfaites !

En plus du libre arbitre et de la capacité d'être en harmonie que nous avons vu en étudiant la merveilleuse idée de Dieu, nous notons donc aujourd'hui que :

- o Nous sommes infiniment intelligents et créatifs, et oui bien plus que nous ne l'imaginons ou le pensions,
- o Nous n'avions pas à l'origine la capacité de faire le mal, mais il nous reste toujours la capacité de faire le bien et l'ADN avec lequel nous avons été créés,
- o Nous sommes destinés à avoir et avons été créés pour une relation intime et profonde avec Dieu,
- o Nous avons toute domination sur la terre et avec cela les capacités qui vont avec,
- o Nous avons un objectif de vie et toute l'autorité pour l'atteindre !



Je vis le bonheur aujourd'hui !

Repensez un moment à cela et notez ici les éléments que vous recherchez ou désirez plus spécialement du plan originel de Dieu :

Selon vous, quel est le but pour lequel vous avez été créé et qu'est-ce qui vous empêche de revenir aux objectifs de Dieu pour votre vie ?

Vous avez été créé pour une relation intime avec Dieu. Pour développer cette intimité, quelle(s) action(s) concrète(s) pourriez-vous mettre en place aujourd'hui ?

Les conséquences de la chute

Une création parfaite, c'est tellement magnifique et agréable de savoir qu'en nous sommeil une créature si merveilleuse et en même temps cela nous semble tellement loin de notre condition actuelle. Nous sommes forcés de constater que nous vivons aujourd'hui les conséquences désastreuses de la chute. La Bible nous dit :

« Alors l'Eternel Dieu dit au Serpent : Puisque toi, tu as fait cela, tu es maudit parmi tout le bétail et tous les animaux sauvages, tu te traîneras sur le ventre, tu mangeras de la poussière tout au long de ta vie. »
Genèse 3.14

« Dieu dit à la femme : Je rendrai tes grossesses très pénibles et c'est dans la souffrance que tu mettras au monde tes enfants. Tes attentes seront tournées vers ton mari, mais lui, il te dominera. » Genèse 3.16

« Il dit à Adam : Puisque tu as écouté ta femme et que tu as mangé du fruit de l'arbre dont je t'avais défendu de manger, le sol est maudit à cause de toi. C'est avec peine que tu en tireras ta nourriture tout au long de ta vie. » Genèse 3.17





Nous voyons ici que les conséquences de la chute ont un impact immédiat sur Adam et Eve mais également sur toute l'humanité. Cela a ouvert la porte d'entrée du mal et de la souffrance. Repensons à quel point l'humanité est tombée loin de son but et de son plan originel, à quel point elle s'en est éloignée. Nous insistons sur cela non pour vous culpabiliser. Mais simplement car si nous arrivons à prendre conscience de la distance à laquelle nous sommes et du chemin parcouru pour s'en éloigner il nous sera plus simple de retrouver le chemin qui nous y ramènera. Voilà quelques conséquences de la chute :

- o Nous avons été séparés de Dieu
- o Notre parfaite harmonie a été brisée
- o De nouvelles pensées et manière de réfléchir nous ont envahi (doute, inconfort, honte, insatisfaction...)
- o Des problèmes relationnels furent engendrés
- o Nous avons eu la capacité d'avoir des pensées mauvaises
- o Notre environnement a été maudit
- o La maladie et la souffrance ont été introduite dans l'existence humaine
- o Nous devons travailler et transpirer pour notre nourriture.

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Aujourd'hui repensons à ces conséquences dans notre vie. Ces dernières années, à quel type de problèmes avez-vous été confrontés ?

Qu'avez-vous appris ou retenu à chaque intervention de Jésus dans ces problèmes personnels ou familiaux ? Identifiez aujourd'hui des peurs, angoisses, maladies ou toutes autres conséquences de la chute qui vous pèsent. Notez ci-dessous ce qu'elles produisent en vous puis confiez-les à Dieu. Prenez le temps de réitérer cela chaque jour à un moment de la journée. Ex. Seigneur, j'ai peur de... et cela me... alors je te les remets aujourd'hui et je m'en décharge.



La restauration

Même si Adam et Eve ont opté pour un plan B en désobéissant à Dieu, Dieu lui n'a jamais eu de plan C, D, E ou quelques autres lettres de l'alphabet. Le plan de Dieu est et restera le plan A, le plan originel que nous avons vu. Il souhaite vous ramener à ce plan et à tout préparé d'avance pour cela. Aujourd'hui nous avons accepté beaucoup de choses comme la norme. Nous nous sommes tellement enfermés dans ce raisonnement que nous avons perdu de vue, pour la plupart, ce à quoi pouvait ressembler le meilleur de Dieu. Toutefois, il n'en est pas ainsi pour Dieu qui désire de tout Son cœur nous en délivrer. La fin de Genèse 3.15 nous l'annonce d'ailleurs quand Dieu dit « celle-ci t'écrasera la tête et tu lui mordras le talon ». Il nous dit ici qu'il avait déjà préparé le chemin du rétablissement, de la complétude, du bonheur dès le début. La volonté de Dieu est que nous soyons pleinement restaurés sur tous les plans (santé, bonheur, prospérité, relations, etc.), Il veut notre épanouissement.

« Oui, je remplacerai les années qu'ont dévoré les sauterelles, les criquets, les grillons et la chenille » Joël 2.25

Cela est une parole de Dieu pour vous et Dieu ne se contente pas de nous indiquer Sa volonté, Il nous montre le chemin, nous apporte la vérité et nous donne la vie qu'Il a pour nous. Comment ?

« Je suis, moi, le chemin, répondit Jésus, la vérité et la vie. Personne ne va au Père sans passer par moi. » Jean 14.6

Jésus est la solution et lorsque nous lisons 2 Corinthiens 5.14-21 nous observons des vérités importantes sur notre salut :

- o Dieu nous aime et par amour Il a envoyé son fils afin de payer le prix de nos erreurs
- o En croyant nous obtenons la délivrance et pouvons en faire de plein droit une vérité absolue
- o C'est un don, une chose imméritée qui nous a été accordée gracieusement et qui ne nécessite aucun mérite de notre part

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Dieu désire remplacer les années que les sauterelles ont détruite dans vos vies. Notez-ici 3 domaines que vous souhaitez voir réparés et restaurés par Dieu ?

Jésus frappe à la porte de votre cœur, Il désire y entrer. Qu'est-ce qui généralement vous empêche de Lui ouvrir votre cœur ? Notez-ici ces pensées et sentiments, et écrivez une prière reflétant votre désir de les Lui abandonner.

Jésus : la solution !

Nous avons vu que Jésus est la solution pour revenir à ce plan originel. Il est la réponse que Dieu a prévu dès le départ pour notre restauration. Il n'est pas venu pour nous juger de nos fautes ou nous assaillir dans notre culpabilité mais pour nous délivrer et nous réconcilier avec Dieu.

« Ainsi, puisque nous avons en Jésus, le Fils de Dieu, un grand-prêtre éminent qui a traversé les cieux, demeurons fermement attachés à la foi que nous reconnaissons comme vraie. En effet, nous n'avons pas un grand-prêtre qui serait incapable de compatir à nos faiblesses. Au contraire, il a été tenté en tout point comme nous le sommes, mais sans commettre de péché. » Hebreux 4.14-15

Voilà ce que nous dit la Bible, elle nous dit que Jésus est venu, qu'il a traversé les cieux et qu'il a tout subi afin de compatir. Dieu nous aime et Il ne veut que votre bonheur et cela passe par Jésus.

« Ainsi, si quelqu'un est uni à Christ, il appartient à une nouvelle création : les choses anciennes sont passées :
voici, les choses nouvelles sont venues »
2 Corinthiens 5.17

« Voici, je fais toutes choses nouvelles » Apocalypse 21.5

Jésus fait toutes choses nouvelles, Il est la réponse et le seul chemin vers Dieu, l'unique sacrifice payant le prix de nos péchés, le pain de vie, la porte du ciel et le fils bien-aimé de Dieu.

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Avez-vous déjà pris position concernant ces affirmations de Jésus ? L'avez-vous invité comme votre Sauveur et votre Seigneur ? Fais-le maintenant en proclamant ces vérités et en l'invitant à entrer dans votre cœur

Ecrivez vos objectifs de la semaine qui vient pour vous rapprocher de Jésus et l'inviter à entrer dans votre cœur (temps de louange quotidien, temps de prières, jeûne, commencer ou augmenter votre temps de lecture de la Bible).

SESSION 3

LE COME-BACK !

Jésus est la solution, Il est celui qui nous conduit et nous ramène vers le plan originel de Dieu. Chaque jour, Il est avec nous et la Bible nous dit que nous sommes le temple de Son Esprit. Dans la session précédente, nous avons invité Jésus à entrer dans notre cœur, à nous remplir de Sa présence afin de pouvoir débiter ou retrouver le chemin et de rétablir la vérité qui mène à la vie. Dans cette session, il est temps de se mettre à marcher et d'entamer concrètement le chemin du retour. Avant toute chose, j'insiste de nouveau sur le fait que cette formation est une mise en place d'un processus vers la restauration qui sera plus ou moins long selon les personnes et votre détermination. Pour l'avoir expérimenté personnellement je peux vous en garantir l'efficacité et la qualité. Toutefois cela nécessite également d'y revenir souvent afin de sans cesse travailler notre communion avec Dieu, l'état de notre cœur et de laisser toujours plus de place au Saint Esprit. Apocalypse 3.20 nous dit : « Voici : je me tiens devant la porte et je frappe, si quelqu'un entend ma voix et ouvre la porte, j'entrerai chez lui et je dînerai avec lui et lui avec moi ». Je peux donc assurer avec pleine conviction que Jésus est dans votre cœur pour le guérir et le restaurer, pour rétablir la vérité et vous amener à une vie épanouie. Il est important de noter quelques éléments essentiels à la restauration :

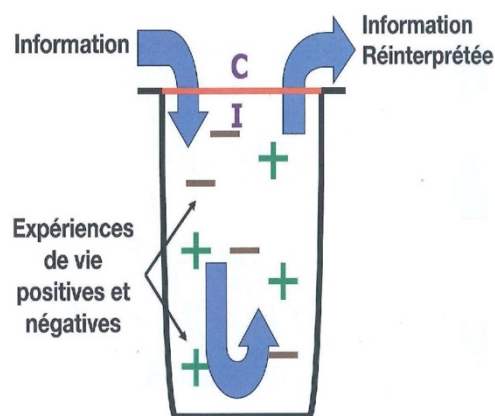
- o Vous disposez du libre arbitre et Jésus n'interviendra que dans les domaines où vous lui laisserez l'accès
- o Jésus vous indiquera à travers Sa Parole et Son Esprit comment et où agir mais Il ne le fera pas à votre place. Dieu vous a donné toute capacité et ne fera pas à votre place ce dont Il vous a chargé. Vous seul êtes responsable de la mise en pratique de ce qu'Il vous indiquera.
- o Certaines choses peuvent être traitées seul mais il est toujours préférable d'être accompagné par un ami de confiance dans ce processus. Dans d'autres situations plus profondes, la restauration peut nécessiter l'accompagnement par un conseiller de relation d'aide et/ou un professionnel pour mettre en évidence certaines souffrances plus profondes et les confier à Dieu.

Un vase nouveau

Nous l'avons vu : lorsque nous avons été créés nous étions parfaits mais à partir de la chute, plusieurs « déchets » sont entrés en nous. Lorsque vous invitez Jésus à entrer dans votre cœur, vous Lui dites en réalité :

« O Dieu, crée en moi un cœur pur, renouvelle en moi un esprit bien disposé ! » Psaumes 51.12

Nos vies sont constituées de milliers d'expériences que nous vivons tous de manière unique qu'elles soient positives ou négatives. Ces éléments sont intégrés dans notre subconscient (notre disque dur) et influencent notre interprétation des informations que nous recevons. Si nous comparons notre cœur à un vase nous pouvons l'illustrer ainsi :



Lorsque David cria cette prière à Dieu, il avait pris conscience que nos cœurs peuvent être remplis de déchets tels que la peine, l'amertume, la jalousie, l'envie, la colère etc. Il avait compris que Dieu, seul, était capable de changer les cœurs et souhaitait qu'Il vienne purifier tout cela. Richard Dobbins, pionnier de la relation d'aide, a dit « on ne vit jamais avec les faits eux-mêmes mais avec l'interprétation de ces derniers ».



Lorsque vous invitez Jésus, Il commence un grand ménage de printemps pour vous inonder par la vérité et nettoyer ainsi les déchets de votre cœur afin de créer en vous un cœur pur et vous amener à vivre le verset suivant : « Lorsque j'étais enfant, je parlais comme un enfant, je pensais et je raisonnais en enfant. Une fois devenu homme, je me suis défait de ce qui est propre à l'enfant. » 1 Corinthiens 13.11

Plus vous allez le laissez entrer, vous purifier et vous renouveler et plus vos interprétations seront saines. Vous pourrez ainsi vous approcher un peu plus chaque jour de votre plein potentiel.

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Prenez un instant maintenant pour vous établir une liste de quelques évènements qui vous troublent encore aujourd'hui. Demandez au Saint Esprit de vous guérir de chacun d'eux. Ecrivez ici votre liste et votre prière.

Etablissez maintenant une liste des personnes qui vous ont blessé ou contre lesquelles vous êtes en colère. Après leur avoir pardonné dans la prière, notez-ici une action concrète pour bâtir à nouveau des relations saines avec elles (dans la limite de votre responsabilité) ?

S'engager en toute confiance en Dieu est important. Décidez maintenant d'une démarche qui montrera une confiance un peu plus grande à Dieu, laissez-vous inspirer et conduire par le Saint Esprit



Qui est Dieu ?

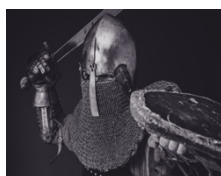
Nos expériences du passé influencent nos interprétations, nous venons de le voir. Malheureusement cela ne se limite pas à nos interprétations humaines. Nous avons été créés pour être des amis intimes de Dieu et en acceptant Jésus c'est ce que nous sommes redevenus. Il vous aime et a un plan merveilleux pour vous mais la façon naturelle dont nous le voyons porte souvent la marque de déformations. Il nous faut alors changer notre conception de Dieu pour voir Dieu tel qu'il est réellement : un Dieu d'amour !

« En effet, Dieu a tant aimé le monde qu'il a donné son Fils, son unique, pour que tous ceux qui placent leur confiance en lui échappent à la perdition et qu'ils aient la vie éternelle. » Jean 3.16

Regardons donc les 8 principaux concepts déformés de Dieu :



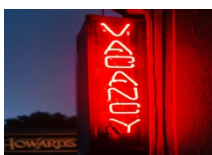
Le cruel joueur d'échec : cette vision de Dieu s'associe à une vie disciplinaire rude et ardue. La plupart des expériences pénibles y sont perçues comme étant permises par Dieu, afin de nous enseigner une leçon. Cette pensée s'élabore sur la base d'une tentative sincère de compréhension des tragédies ou des crises pouvant frapper la vie des croyants. Mais attention, car à l'inverse, un autre enseignement erroné amène trop de chrétiens à croire que Dieu va toujours les préserver de toutes difficultés. Pourtant, en Mathieu 5 :45, nous lisons : « il fait pleuvoir sur les justes et les injustes »



Le disciplinaire rigoureux : Dieu est vu comme armé d'un énorme bâton de correction. Son objectif premier consiste à nous surveiller constamment, afin de s'assurer que nous recevions le châtiment que mérite nos erreurs ou nos désobéissances à Sa volonté. Il utilise alors nos tragédies personnelles, comme la maladie, la mort, les accidents et les épreuves, pour nous infliger toutes Ses punitions.



Le père exigeant : ce « Dieu » n'est jamais satisfait des croyants. Afin de développer une relation avec Lui, on devra toujours tenter de faire de son mieux et d'être sans cesse meilleur, tout en réalisant que cela ne pourra jamais être suffisant.



Le propriétaire absent : ce Dieu là n'est jamais présent quand nous avons besoin de Lui. Il est responsable de l'organisation de l'univers, mais Il vient rarement vérifier personnellement la situation de Ses locataires. Les gens qui partagent cette vision croient souvent que Dieu n'a pas de temps à leur offrir.



Le juge impitoyable : la seule préoccupation de ce « Dieu », consiste à voir Ses lois et Ses commandements obéis au doigt et à l'œil ! Il n'a pas de temps à perdre avec les douleurs et les luttes de Ses sujets. Ce qui compte pour Lui, en bout de ligne, c'est la productivité. Les émotions sont des obstacles inutiles devant être ignorés et reniés.



L'avare : une parabole raconte qu'un serviteur percevait son maître comme celui qui récoltait ce qu'il n'avait pas semé (Mathieu 25.24). Dieu n'est pas comme cela (Psaumes 84.12 : Il ne refuse aucun bien à Ses fidèles). Tout bienfait et don parfait viennent de Lui (Jacques 1.17). La bible affirme qu'il récompense tous ceux qui le cherchent (Hébreux 11.6). Dieu n'est pas avare ou mesquin car Dieu a tant aimé le monde qu'il a donné... L'acceptation du statut de pauvreté comme norme divine n'est donc pas un signe de saine spiritualité. Sachons que le Père aime bénir Ses enfants !



Le colérique : selon ce faux concept, Dieu est vu comme quelqu'un dont la colère peut éclater à tout moment. Il est perçu comme Dieu violent, dont le tempérament explosif peut frapper des milliers sans distinction. Celui qui croit cela, demeure dans la peur constante d'un Dieu imprévisible. « Le Seigneur est patient et compatissant », car « sa colère dure un instant, mais sa grâce toute la vie » (Psaumes 30.6), « il est lent à la colère », mais il pardonne promptement .



L'inaccessible : ceux qui croient en ce faux concept de Dieu, le voient comme un être hors d'atteinte, en raison de nos défauts et de nos incapacités. Un peu lassé de Ses enfants malcommodes. Il ne s'en occupe plus ! Cette vision de Dieu, nous empêche de l'approcher avec confiance pour nous ouvrir à Lui. Ce faux « Dieu » inaccessible est donc volontairement inconscient de nos douleurs et de nos frustrations. Pourtant, l'Épître aux Hébreux annonce que nous avons un grand prêtre qui a été tenté comme nous, en toutes choses (Hébreux 4.15). Jésus ne fait pas que comprendre ce que nous traversons en ce monde. Il a fait face aux mêmes tentations, en toute choses. Voilà pourquoi, Il est un médiateur efficace entre nous et notre Père.

Je vis le bonheur aujourd'hui !

A la vue des principales conceptions déformées de Dieu, indiquez ici celles qui vous ont déjà affectées et comment ont-elles freiné votre croissance ?

De quel(s) concept(s) êtes-vous encore, même un peu, imprégné ? Remplacez ce(s) concept(s) par une vérité de la Parole et notez un moyen de vous imprégner de ce verset. Soyez créatif !

Votre concept de Dieu commence à se développer très tôt (entre 3 et 6 ans) et se poursuit sans cesse ensuite. Il est principalement fondé sur vos relations avec l'autorité. Notez bien que Dieu vous aime et qu'aucun de ces concepts ne le présente de manière vraie. Il est donc temps de changer votre perception de Dieu. Si vous percevez Dieu correctement, vous allez approfondir votre intimité avec Dieu et ainsi débiter une relation plus saine avec Lui. Votre relation avec Dieu impacte votre santé émotionnelle et relationnelle. C'est la base de votre épanouissement ! Alors ayez l'assurance que :

- o Dieu vous aime inconditionnellement
- o Dieu s'est donné pour vous complètement
- o Vous êtes une personne de très grande valeur à Ses yeux
- o Vous êtes rempli de dons et de bénédictions

Aujourd'hui, votre conception de Dieu a-t-elle changée ? Si oui, comment ?

La repentance

« Tout cela est l'œuvre de Dieu, qui nous a réconciliés avec Lui par Christ et qui nous a confié le ministère de la réconciliation. En effet, Dieu était en Christ, réconciliant les hommes avec Lui-même, sans tenir compte de leurs fautes, et il a fait de nous les dépositaires du message de la réconciliation » 2 Corinthiens 5.18-19

Nous avons vu dans les sessions précédentes que Dieu nous aime et qu'Il a tout fait pour que nous soyons réconciliés avec Lui. Nous voyons dans ce passage que Dieu va plus loin en nous donnant le ministère de la réconciliation. Cela met en évidence un autre élément essentiel de la restauration : le pardon. En effet, la réconciliation implique le pardon. Le pardon est une puissance libératrice qui marque le début de la reconstruction des choses détruites. Il peut prendre deux formes : la repentance quand il s'agit de notre péché et le pardon proprement dit lorsqu'il s'agit du péché d'autrui. Nous avons vu que Dieu nous a créé pour être en paix avec Lui, avec nous-même et avec les autres. Pour notre épanouissement nous ne pouvons ignorer cette étape. Nous avons tous péché, il n'est pas une personne qui soit sans péché à l'exception de Dieu Lui-même (le Père, le Fils et le Saint Esprit). « Tous ont péché et sont privés de la gloire de Dieu » Romains 3.23

Dieu vous aime et Il connaît toute chose, Il connaît les profondeurs de vos cœurs et a déjà tout fait pour notre pardon. La Bible nous dit qu'Il résiste aux orgueilleux mais qu'Il fait grâce aux humbles (Jacques 4.6), mais aussi qu'Il souhaite nous pardonner (1 Jean 1.9) et que le pardon guérit (Jacques 5.16).

« Si nous reconnaissons nos péchés, il est fidèle et juste pour nous les pardonner, et pour nous purifier de tout mal » 1 Jean 1.9

« Avouez-vous donc vos fautes les uns aux autres et priez les uns pour les autres afin d'être guéris. La prière du juste agit avec grande force. » Jacques 5.16

Nous voyons ici que la repentance c'est accepter notre état de pécheur, le reconnaître, et s'en libérer en le transférant à Dieu avec l'assurance d'être pardonné. La repentance implique un désir de changement vers quelque chose de meilleur, le souhait d'être purifié et marcher dans quelque chose de nouveau. La confession expose les parties sombres et cachées de nos cœurs qui nous rendent captifs.

Si vous gardez votre péché à l'intérieur de vous, il ne tardera pas à se transformer en colère et vous exposera rapidement à nouveau au péché et à ses conséquences. Les deux sont liés et il est important de les traiter.

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Aujourd'hui, Jésus a payé le prix pour vos fautes, vous apparaissez devant Dieu comme plus blanc que neige en mettant simplement votre foi en Jésus. Identifiez maintenant des culpabilités qui vous rongent encore, priez, notez-les et inscrivez à côté : « payé, je suis pardonné ! »

Selon vous, y-a-t-il une relation entre pardon et vision ? quelle serait-elle ?

Reprenez 1 Jean 1.9 et personnalisez le en l'inscrivant ci-dessus à la première personne du singulier (je).

Je pardonne

Se repentir et reconnaître son péché est important car cela nous permet de nettoyer nos filtres intérieurs, d'entamer un processus par lequel nous allons voir différemment les choses. En se repentant nous allons interpréter différemment les situations, les comportements, mais aussi ce que Dieu nous dit. La repentance nous permet également de gagner en assurance et de voir de manière plus claire la vision de Dieu pour notre vie. Désormais portons nos regards sur le pardon. Savoir que nous avons péché, le confier à Dieu est une chose mais se pardonner ou pardonner aux autres en est une autre.

« Si vous pardonnez aux hommes leurs fautes, votre Père céleste vous pardonnera aussi » Matthieu 6.14

Si nous pardonnons aux autres, Dieu nous pardonnera également. Lorsque nous pardonnons à ceux qui nous ont blessés (y compris nous-même), Dieu commence un grand travail de guérison dans nos émotions et notre esprit. Ce qui nous oppresse dans notre passé vient souvent d'un manque de pardon. Pardonner nous permet de désamorcer des bombes à retardement avec lesquelles nous cohabitons. Lorsque nous pardonnons, nous vidons notre vase d'éléments négatifs, nous purifions notre vase et devenons ainsi plus sains. Pour certains le pardon se fait rapidement, pour d'autres il prend plus de temps. Cela dépend également de la situation et de l'impact de la faute commise. Il est important de noter qu'il n'y a pas de fautes plus ou moins graves, seulement des conséquences plus ou moins graves. Enfin, notons aussi que le pardon est un processus en trois étapes :

- o L'acte initial de pardon : Je déclare le pardon, je le décide
- o Le processus du pardon : Je le réitère à chaque fois que la douleur resurgie
- o L'état de pardon : cette souffrance fait partie de mon passé mais n'a plus d'impact sur mon présent ni sur mon futur.

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Identifiez maintenant des mots, phrases ou événements qui vous rongent encore, priez, notez-les et inscrivez à côté : « Je pardonne ! »

Faites une liste des personnes contre lesquelles vous avez de la colère ou qui vous ont blessé et assurez-vous de pardonner à chacun d'elles. Déclarez votre pardon dans le nom de Jésus.

La Bible nous demande de ne pas nous coucher sur notre colère (Ephésiens 4.26-27), notez ici une façon concrète et simple de mettre ce verset en application.

SESSION 4

NOUVEAU DEPART !

Jusqu'à maintenant, nous avons pu rétablir des vérités sur Dieu, sur nous, sur Son plan et débiter le chemin du retour vers le plan originel de Dieu. Nous avons tous conscience que revenir à ce plan est l'étape la plus simple pour nous humains. En effet, Dieu a tout préparé pour notre retour, notre pardon et nous a tout donné gracieusement pour revenir à ce plan et vivre le merveilleux. Rester dans ce plan, y marcher fidèlement, discerner Sa volonté au quotidien et rester ferme sur ses voies est plus complexe. Notre intimité avec Dieu n'est pas appelée à demeurer la même du début jusqu'à la fin. Comme toute relation, notre intimité avec Dieu est appelée à grandir, à gagner en profondeur et à croître. Pour cela, il nous faut devenir véritable acteur de notre relation avec Dieu. Comment ? En redéfinissant notre normalité, en renouvelant notre intelligence, en travaillant sur nos pensées et en apprenant à prendre soin de notre cœur. Ces éléments vont nous permettre de progresser et d'avancer en vivant le ciel sur la terre au quotidien.

Redéfinir sa normalité

Nous vivons dans un monde brisé aujourd'hui et chacun d'entre nous traîne des casseroles que nous considérons comme normales alors qu'elles ne le sont pas. Dans certains cas, cela va même plus loin : nous arrivons jusqu'à penser que cela est justifié. Quelle est votre normalité aujourd'hui ? Que considérez-vous comme normal ? Est-ce que la dépression, la maladie, les insomnies, la peur, l'angoisse, la peine, la tristesse, les abus, la violence, les querelles sont des choses normales ? Est-ce que vivre sans emploi, être dépendant ou encore manquer d'assurance est une réalité normale ?

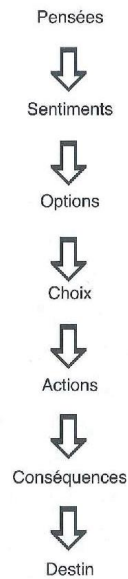
« Allons ! Rappelle-toi d'où tu es tombé ! Change et reviens à ta conduite première ! Sinon, je viendrai à toi, et je déplacerai ton chandelier si tu ne changes pas. » Apocalypse 2.5

« Amertume, irritation, colère, éclats de voix, insultes : faites disparaître tout cela du milieu de vous, ainsi que toute forme de méchanceté. » Ephésiens 4.31

« Alors la paix de Dieu, qui surpasse tout ce qu'on peut concevoir, gardera votre cœur et votre pensée sous la protection de Jésus-Christ. Enfin, frères et sœurs, nourrissez vos pensées de tout ce qui est vrai, noble, juste, pur, digne d'amour ou d'approbation, de tout ce qui est vertueux et mérite louange. » Philippiens 4.7-8

Souvenons-nous de la création telle qu'elle était au début, d'où nous étions avant la chute. Là est la normalité de Dieu et la seule que nous devons accepter comme notre normalité. Pour cela, il nous faut renouveler notre intelligence et changer notre façon de penser. Nous devons nous imprégner de la vérité et chasser le mensonge avec lequel nous cohabitons, souvent inconsciemment, depuis notre plus petite enfance. Nous devons apprendre à écouter Dieu et discerner Sa voix afin de faire le tri dans les pensées que nous retenons. Nos pensées sont un champ énorme et ont un impact important sur nous. Nous pouvons schématiser leur impact comme suit :

Je vous prie d'observer l'effet destructeur que produit un mensonge
(une pensée toxique) sur votre existence :



Note : Cette approche est basée sur le principe de La Roue du Progrès,
communément appelée aussi le Cycle de Progression.



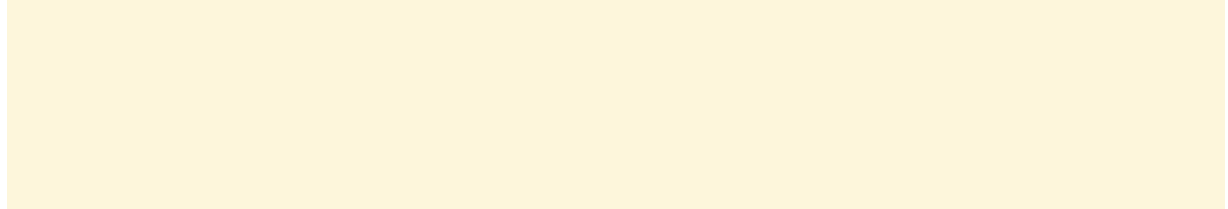
En observant ce schéma, nous constatons que les semences dont nous nous nourrissons et les pensées que nous retenons ont un impact sur nos sentiments, les options qui en découlent, les choix que nous faisons, les actions que nous entreprenons, les conséquences que nous vivons et notre destinée. Il est donc important de travailler à établir des bases solides concernant notre intelligence et notre manière de pensée.

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Commençons dès maintenant par redéfinir notre normalité. Pour cela, identifiez des mensonges auxquels vous avez crus ou vous croyez qui proviennent de votre passé et des pensées toxiques dont vous souhaitez vous débarrasser.

L'ennemi est communément appelé le père du mensonge. Notez-ici comment il vous a menti ?

Proclamez au diable que c'est un menteur et que désormais vous vous appuyerez sur la vérité et que vous ne croirez plus à ses mensonges. Notez ici la vérité de la Parole correspondante à votre liste de mensonges.



Renouveler son intelligence

« Il conserve son amour jusqu'à la millième génération : il pardonne le crime, la faute et le péché, mais ne tient pas le coupable pour innocent, il punit la faute des pères sur leurs descendants jusqu'à la troisième, voire même la quatrième génération. » Exode 34.7

Avez-vous déjà entendu cette illustration d'une femme qui coupait systématiquement les ailes et les cuisses du poulet avant de le faire cuire ? Un jour son mari intrigué lui demanda pourquoi. Elle lui répondit alors que c'était parce que sa mère le faisait. Ils demandèrent alors à la mère qui leur répondit que c'était parce que la grand-mère le faisait. Il se rendirent donc chez la grand-mère pour la questionner et elle leur répondit : " Mais pourquoi faites-vous encore cela ? Je le découpais car mon four était trop petit ! "

« Ne prenez pas comme modèle le monde actuel, mais soyez transformés par le renouvellement de votre intelligence, pour pouvoir discerner la volonté de Dieu : ce qui est bon, ce qui lui plaît, ce qui est parfait. » Romains 12.2

Nous procédons trop souvent ainsi sans même s'en rendre compte et nous sommes souvent exposés à la transmission de ce genre d'attitude. Dès notre enfance, nous emmagasinons des façons de procéder, des fausses vérités, des traditions... qui n'ont plus aucun sens mais que nous poursuivons par sécurité ou par facilité. Cela vient régulièrement polluer notre potentiel et notre réalité. Cela peut être également des erreurs passées, des forteresses auxquelles nous avons été confrontés. Il est important de faire le tri dans ce que nous avons retenu et de briser ces barrières générationnelles et nos propres barrières pour libérer notre potentiel et vivre avec une intelligence renouvelée par la Parole et le Saint Esprit.

2 Timothée 1.7 nous promet que « ce n'est pas un esprit de timidité que Dieu nous a donné mais un esprit de force, d'amour et de sagesse ». Brisons donc ces barrières en toute sagesse aujourd'hui et commençons à remplir notre vase de vérités. Ne laissons surtout pas un vase vide auquel cas il risquerait de se briser et l'ennemi s'en réjouira. Attachons-nous au contraire à le nourrir de bonnes choses. Nourrissons-le de la Parole prioritairement,



« Car la Parole de Dieu est vivante et efficace. Elle est plus tranchante que toute épée à double tranchant et, pénétrant jusqu'à la division de l'âme ainsi que de l'esprit, et des jointures ainsi que de la moelle, elle juge les dispositions et les pensées du cœur. » Hébreux 4.12

Mais aussi par des chants, des ouvrages etc. qui vont apporter à votre cœur et votre esprit des valeurs, des vérités, et des connaissances qui vous permettront de libérer ce que Dieu a mis en vous. Une paix, une joie vous inonde alors et vous déborderez de motivation, d'espoir et d'enthousiasme.

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Dans quelle sorte d'atmosphère avez-vous grandi ? En quoi et comment cela vous a-t-il affecté ?

Remplissez votre cœur de vérités en commençant aujourd'hui à mémoriser une promesse de Sa Parole chaque jour. Notez-ici la première

Rappelez-vous et décrivez ce qui se passe en vous quand vous vous laissez envahir par une promesse divine.

Façonner ses pensées

« Lorsque j'étais enfant, je parlais comme un enfant, je pensais comme un enfant, je raisonnais comme un enfant ; lorsque je suis devenu un homme, j'ai mis fin à tout ce qui était de l'enfant ». 1 Corinthiens 13.11

Naturellement nous vivons notre vie sur l'interprétation de situations au travers de nos émotions. Or, lorsque nous n'utilisons que nos émotions, nous faisons face à des pensées souvent inexactes et fausement interprétées. En effet, nous grandissons, prenons du recul, nous vivons les choses différemment et tout cela se mélange dans notre esprit pour créer un souvenir souvent bien loin de la réalité vécue. Un mode de pensée mature vous conduira à vous défaire des croyances inexactes et des fausses interprétations pour regarder votre passé à la lumière



de la Parole et du Saint Esprit. En faisant l'exercice, vous serez surpris de voir à quel point vous avez vécu sous une montagne de pensées toxiques.

« Aujourd'hui, certes, nous ne voyons que d'une manière indirecte, comme dans un miroir. Alors, nous verrons directement. Dans le temps présent, je connais d'une manière partielle, mais alors je connaîtrai comme Dieu me connaît. »

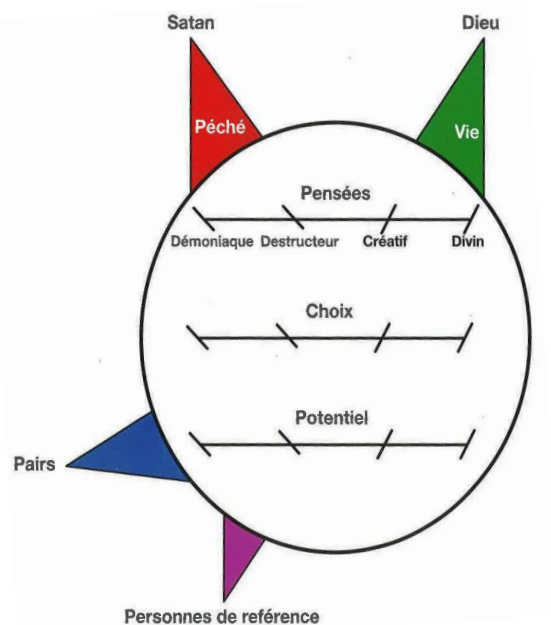
1 Corinthiens 13.12

Garder bien à l'esprit que nul ne peut changer le passé mais qu'il est possible de changer son interprétation et la manière de le comprendre. Vous ne pouvez plus revenir sur votre passé mais vous êtes responsable de l'impact qu'il a sur votre présent et votre futur. Vous êtes responsable de ce que vous allez en faire.

Dr Dobbins décrit le modèle de fonctionnement de la pensée comme un processus dans lequel nous pouvons coopérer avec Dieu pour le renouvellement de notre intelligence. Dans ce modèle deux forces s'opposent :

- o satan, le trompeur, qui souhaite nous envahir de pensées négatives, destructrices et démoniaque
- o Dieu, qui s'adresse à nos âmes par le Saint Esprit pour nous encourager à penser de manière positive, constructive, créative et divine.

On peut l'illustrer ainsi :



Ainsi, plus nous apprenons à amener toute pensée captive, plus nous découvrons et vivons notre pouvoir et notre autorité sur notre réflexion et conséquemment sur les émotions qui en découlent. N'oublions pas que les pensées influencent nos sentiments; nos sentiments conduisent à nos intentions qui décident de nos options qui induisent nos choix et engendrent nos actions pour provoquer les conséquences. Ainsi plus nous concentrerons nos pensées sur Dieu, plus nous parviendrons à vivre la vie que Dieu a pour nous.

4 clés aident à tourner nos pensées vers ce qui est important :

- o Identifier et discerner la voix de Dieu lorsqu'elle s'exprime dans notre esprit « Mes brebis écoutent ma voix » Jean 10.27

- o Rejeter toutes autres pensées mensongères : « Nous renversons les raisonnements et toute hauteur qui s'élève contre la connaissance de Dieu, et nous amenons toute pensée captive à l'obéissance de Christ » 2 Corinthiens 10.5
- o Expérimenter l'entrain que déclenchent des émotions positives. Elles ouvriront un champ nouveau de biens meilleures options, qui feront pousser en nous de meilleurs choix pour nous permettre de récolter notre potentiel divin
- o Prendre des mesures qui nous propulseront vers l'avant pour accomplir de grandes choses

Je vis le bonheur aujourd'hui !

A l'aide de ces 4 clés, prenez le temps maintenant de réinterpréter un évènement significatif de votre passé. Comment aviez-vous vécu cet évènement ? Qu'aviez-vous ressenti ? Quel a été l'impact sur votre vie ? Demandez au Saint Esprit de vous guider vers une interprétation alternative de cet évènement.

La plupart des gens entendent la voix de Dieu par des pensées, prenez le temps de l'écouter et noter ici les pensées qu'Il vous inspire.

Quelles émotions, options découlent de ces pensées et quels choix, actions, allez-vous mettre en place ? Notez les ici et revenez écrire les conséquences de cette action lorsque vous les aurez vécus.

Prends soin de ton cœur et ton esprit

Il est important d'entretenir une discipline rigoureuse et stricte sur nos pensées, de renouveler notre intelligence en la nourrissant bien et en sélectionnant des aliments de qualité pour notre cœur et notre esprit. Cela nous permettra d'enrichir nos pensées positivement et nous l'avons vu précédemment dans la roue du progrès, d'entrer dans un cercle vertueux. Toutefois, malgré cela, nous sommes humains et faisons face au découragement, à la dépression. Lorsque nous lisons la Bible, cela est arrivé à de nombreux personnages bibliques comme David, Elie, Job, Pierre etc. Bien que les causes soient très variables ainsi que les degrés, certaines démarches pratiques peuvent aider à vaincre cela.

- o Faire un bilan médical complet : parfois un dysfonctionnement physique influe directement sur notre santé mentale
- o Prendre rendez-vous avec un conseiller qui peut vous aider à faire un diagnostic de votre état et vous accompagner pour le surpasser
- o Verbaliser ce qui vous dérange vraiment en compagnie d'un partenaire de prière, une personne en qui vous avez pleinement confiance
- o La dépression est d'ordinaire causée par une colère réprimée. Il est nécessaire de trouver contre qui vous êtes en colère
- o La dépression née souvent d'un sentiment d'abandon ou d'impuissance. Le découragement a-t-il eu raison de vous ? Avez-vous perdu tout espoir ? Souvenez-vous qu'une pensée positive provoque de nouvelles options de vie bien plus positives.

Deux autres éléments reviennent souvent dans notre vie : la culpabilité et la honte. Satan ne pourra jamais vous enlever ce que Dieu a pour vous alors il cherchera toujours à vous attaquer sur votre identité pour vous empêcher d'y entrer. Il y a deux sortes de culpabilité, la première est bonne et vitale car elle nous amène à la repentance. Toutefois elle n'est prévue que pour durer un très court laps de temps, le temps de nous repentir pour être pardonné (1 Jean 1.9). Lorsqu'elle dure plus, il est important de se rappeler qu'il n'y a pas de condamnation pour ceux qui sont en Christ.

« Maintenant donc, il n'y a plus de condamnation pour ceux qui sont unis à Jésus-Christ. » Romains 8.1 En tout temps et pour prendre soin de votre cœur, de votre esprit et de vous-même, pensez à proclamer de bonnes choses et à parler en langue. Lorsque nous parlons en langue, nous laissons le Saint Esprit s'exprimer, Dieu s'exprimer.

« La mort et la vie sont au pouvoir de la langue : qui aime se répandre en paroles mangera les fruits qu'elles auront produits. » Proverbes 18.21

De nombreuses personnes aujourd'hui, pensent normal de proclamer de mauvaises choses sur leur vie. Ainsi nous entendons des : "Je suis stupide", "Je suis un raté" etc... N'oubliez jamais que la personne qui a le plus d'influence sur vous-même c'est vous ! Cessez-donc de proclamer des mensonges sur vous-même et débutez une vie dans la vérité et dans la proclamation de bénédictions, de louanges et reconnaissances.

« Ne laissez aucune mauvaise parole franchir vos lèvres ; ayez au contraire des paroles empreintes de bonté, qui aident les autres à grandir dans la foi selon les besoins. Ainsi elles feront du bien à ceux qui vous entendent. » Ephésiens 4.29

« Ainsi vous vous entretiendrez par le chant de psaumes, d'hymnes et de cantiques inspirés par l'Esprit, vous louerez le Seigneur de tout votre cœur par vos chants et vos psaumes. » Ephésiens 5.19

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Vous sentez-vous découragés, coupables ou honteux ? Notez ici ce que vous ressentez et la personne contre qui vous êtes en colère. Décidez d'en parler à une personne de confiance afin de prier avec elle. Prenez contact cette semaine.

Commencez à proclamer de bonnes choses sur vous-même, et trouver une vérité qui viendra contrer un mensonge que vous disiez souvent jusqu'à maintenant. Répétez cette vérité aussi souvent qu'il faut pour l'intégrer. Notez cela ici.

Décidez d'une action concrète pour prendre soin de vous, notez ici ce plan d'action.

Prends soin de ton corps

Il est important également d'entretenir une discipline rigoureuse et stricte sur nos corps, de renouveler notre rapport à la nourriture et de prendre la décision de nous nourrir en sélectionnant des aliments de qualité pour notre corps. Les aliments de qualité sont ici des aliments bons pour notre corps. Chaque corps est unique et réagit d'une manière distincte à certains aliments. Il y a toutefois plusieurs méthodes et accompagnement dans ce domaine. L'une des méthodes efficaces se trouve être le jeûne alternatif. Cela nous permet de cultiver la faim pour nos corps et de conserver un bon mécanisme nécessaire à un bon fonctionnement. N'oublions pas que nos corps ne nous appartiennent pas, il est précisé dans la Bible que nos corps sont le temple du Saint-Esprit.

« Ne savez-vous pas que votre corps est le temple du Saint-Esprit qui est en vous, que vous avez reçu de Dieu, et que vous ne vous appartenez point à vous-mêmes ? » 1 Corinthiens 6.19

Notre corps appartient prioritairement à Dieu et il nous permet d'accomplir ce que Dieu veut que nous accomplissions. En effet, tant que nous sommes sur terre, notre corps bien entretenu nous permettra d'accomplir pleinement ce que Dieu a pour nous. L'influence de notre corps ne se limite pas à l'exercice physique. Prendre soin de notre corps nous permet aussi d'enrichir nos pensées positivement et de nous préparer mentalement à l'action. Même si nous sommes humains et que nous faisons face au découragement, ne perdons pas courage, tenons bon, prenons courage et entamons dès aujourd'hui un nouveau départ. 3 éléments essentiels nous permettent d'entretenir notre corps :

- o Une alimentation plus saine
- o Une activité physique régulière
- o Une connaissance de son corps et de ses particularités

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Notez ici, vos habitudes alimentaires néfastes à votre corps. Que pouvez-vous entreprendre aujourd'hui afin de débiter de nouvelles habitudes alimentaires (changement dans l'alimentation ou suivi par un professionnel par exemple). Commencez progressivement !

Notez-ici une action particulière pour entretenir vos corps sur le plan physique. Qu'allez-vous débiter en ce sens ?

Enfin, une connaissance de son corps est particulièrement importante mais qui vous connaît mieux que votre Créateur. Prenez quelques instants pour demander au Saint Esprit de vous guider dans les prochains jours et vous révèle les habitudes qui ne conviennent pas à votre corps, même si elles sont a priori bonnes. Demandez-lui quoi faire avec cela ? (Arrêter, réduire etc.)

SESSION 5

MA FAMILLE

La Bible nous montre l'importance de la famille, Dieu accorde des paroles précises et importantes concernant la famille et ce, depuis toujours. Son importance est telle que 6 commandements sur 10 parlent de la famille directement et un 7^{ème} peut y être rattaché (celui du meurtre concernant Caen & Abel). Le premier commandement associé à une promesse (honore ton père et ta mère afin que tes jours se prolongent sur la terre que l'Eternel, ton Dieu, te donne) porte d'ailleurs sur la famille. Cette importance n'est que plus marquée tout au long de la Parole de Dieu avec des instructions marquées de Jésus et une illustration forte de la relation de Dieu à l'Homme (le Père, le Fils et le Saint Esprit).

« [...] je punis les fils pour la faute de leur père, jusqu'à la troisième, voire la quatrième génération de ceux qui me haïssent. 6 Mais j'agis avec amour jusqu'à la millième génération envers ceux qui m'aiment et qui obéissent à mes commandements. » Exode 20.5-6

Dieu vous aime et il aime votre famille, Il ne veut pas seulement vous bénir mais souhaite bénir toute votre famille et les générations qui suivent. La Bible nous dit en 1 Corinthiens 13.13 que le plus important de tous les commandements c'est l'amour. Dans la Bible nous retrouvons 3 mots utilisés pour nous parler d'amour :

- o Agape : l'amour inconditionnel
- o Phileo : l'amour fraternel
- o Eros : l'amour érotique, intime

Dont l'un, Eros, est exclusivement réservé au couple, et donc porte sur la famille. Le grec ancien a même un 4^{ème} mot pour décrire l'amour : "storge", qui signifie littéralement : l'amour familial. Nous voyons par cela l'importance de la famille mais Dieu nous dit également autre chose de puissant :

« Qu'il dirige bien sa famille et maintienne ses enfants dans l'obéissance, en toute dignité. Car, comment un homme qui ne dirige pas bien sa famille, serait-il qualifié pour prendre soin de l'Eglise de Dieu ? » 1 Timothée 3.4-5

Cela nous montre encore l'importance majeure de la famille et sa place dans la préoccupation divine. En effet, Dieu nous appelle à la placer en priorité, il nous a créé pour le servir et nous indique ici que nous ne pouvons le faire comme il l'entend sans prendre soin de notre famille. Vous êtes un pilier du Royaume de Dieu mais entendez là que, peu importe votre appel, votre vision, votre ministère, votre premier ministère sera toujours votre famille. Si vous marchez ensemble, vous irez loin, vous accomplirez beaucoup et vous découvrirez et saisissez alors pleinement ce qu'est la complémentarité d'un corps, ce qu'est l'église. Voyons maintenant comment Dieu voit la famille et comment restaurer votre famille.

La famille est l'une des choses les plus importante au cœur de Dieu. L'autre étant l'église. Dieu veut le meilleur pour chacun de ses enfants et pour leur famille, Il veut les bénir et qu'ils puissent profiter de ces bénédictions. Nous convenons qu'en tant qu'adulte, un passif familial qui a fortement influencé votre situation actuelle existe. Toutefois, rien n'empêche une personne de prendre un nouveau départ aujourd'hui. A l'exemple de Josué qui face, à deux alternatives présentées par Dieu, décida de porter sa vie et son style sur Dieu et qui, en qualité de chef de famille, prend sa décision pour sa famille.

« Mais si vous ne trouvez pas bon de servir l'Eternel, choisissez aujourd'hui qui vous voulez servir : soit les dieux que vos ancêtres servaient de l'autre côté de l'Euphrate, soit les dieux des Amoréens dans le pays desquels vous habitez. Quant à ma famille et moi, nous servirons l'Eternel. » Josué 24.15

Chaque personne est responsable de ses pensées, de ses sentiments et de ses actes. Ce sont ses décisions qui vont forger son avenir. Il nous laisse le choix entre la vie et la mort et nous invite à choisir la vie. La malédiction existe aussi et c'est à chacun de choisir, en respect du libre arbitre de vivre sous la bénédiction ou sous la malédiction. L'amour de Dieu est inconditionnel, en revanche ses bénédictions sont soumises à l'obéissance. En assumant tes responsabilités dans ta famille, ton mariage, ton église, ton entreprise, tu peux déterminer ton avenir. Construire une famille en épanouie commence par comprendre son fondement et son utilité. Revoir les fondements du foyer, travailler dessus et construire une base solide qui va générer un impact sur tout le reste de ta famille.

Une famille épanouie

Dieu veut le meilleur pour vous et pour votre famille, Il veut vous bénir et que vous puissiez profiter de Ses bénédictions. Nous convenons qu'en tant qu'adulte vous avez déjà un passif familial qui a fortement influencé votre situation actuelle. Toutefois, rien ne vous empêche de prendre un nouveau départ aujourd'hui. A l'exemple de Josué qui face à deux alternatives présentées, décida de porter sa vie et son style de vie sur Dieu et qui, en qualité de chef de famille pris la décision suivante pour sa famille.

« Mais si vous ne trouvez pas bon de servir l'Eternel, choisissez aujourd'hui qui vous voulez servir : soit les dieux que vos ancêtres servaient de l'autre côté de l'Euphrate, soit les dieux des Amoréens dans le pays desquels vous habitez. Quant à ma famille et moi, nous servirons l'Eternel. » Josué 24.15

Vous êtes responsable de vos pensées, de vos sentiments et de vos actes. Ce sont vos décisions qui vont forger votre avenir. Dieu, veut vous bénir même si vos décisions sont à même de bloquer ou de freiner Ses plans, Il veut vous bénir. La malédiction existe aussi et c'est à vous de choisir, en respect du libre arbitre de vivre sous la bénédiction ou sous la malédiction. L'amour de Dieu est inconditionnel, en revanche Ses bénédictions sont soumises à l'obéissance. En assumant vos responsabilités dans votre famille, votre mariage, votre église, votre entreprise, vous pouvez déterminer leur avenir. Vous êtes le chef de votre propre vie jusqu'au jour où vous en donnez l'autorité à Jésus mais, malgré cela, vous restez responsable de qui vous êtes et de ce que vous faites. Commencez donc aujourd'hui à revoir les fondements de votre foyer par vous-même, vous verrez ensuite que cela a un impact sur tout le reste de votre famille.

Voici quelques clés qui vous aideront à bâtir une famille en bonne santé :

- o Clé 1 : comprendre les plans de Dieu
 - Ses priorités : individus, couple & famille, église et nation
 - Les sphères d'autorité : individuelle, couple, familiale, ecclésiale, civile
 - La construction d'une famille christo-centrique : connexion, intégration, entraînement/transformation, libération, bénédiction
 - L'adn de la famille
- o Clé 2 : découvrir les étapes du progrès (cf. session 4.1, redéfinissez votre normalité)
- o Clé 3 : puisez dans la puissance de la prière
- o Clé 4 : pratiquer l'imposition des mains
- o Clé 5 : montrer l'exemple c'est donner le bon exemple
- o Clé 6 : bien élever nos enfants

- o Clé 7 : édifier votre famille par vos paroles.

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Nous l'avons vu, Dieu veut le meilleur pour votre famille et veut vous bénir jusqu'à la millième génération. Qu'est-ce que cela suscite en vous ? Quels sont vos rêves pour votre famille ? Reprenez les 7 clés ci-dessus et décrivez ici quel type de famille vous êtes

Etablissez maintenant un plan d'action pour rétablir les fondements de votre famille et devenir la famille que Dieu souhaite en commençant par de petites actions concrètes

Mon mariage

Chaque personne à sa notion de la famille, pour certains il s'agit de l'ensemble des membres des deux familles, pour d'autres il s'agit uniquement du couple et des enfants, pour d'autres encore cela se limite aux parents et aux frères et sœurs etc. Lorsque nous lisons la Bible, nous constatons qu'une famille commence par un couple, un homme et une femme, qui s'unissent pour ne former qu'un.

« C'est pourquoi l'homme laissera son père et sa mère et s'attachera à sa femme, et les deux ne feront plus qu'un » Genèse 2.24

Si vous êtes célibataires, vous êtes membre de votre famille initiale, celle de vos parents, bien qu'indépendant ou adulte, vous avez un rôle d'influence sur eux. Voici quelques clés pour vous qui vous aideront à choisir le bon conjoint :

- o Clé 1 : devenez vous-même un être en bonne santé
- o Clé 2 : prenez conscience que personne ne pourra vous rendre heureux, la seule chose que l'autre peut faire c'est d'ajouter une cerise sur le gâteau.
- o Clé 3 : cherchez quelqu'un qui soit déjà adulte, heureux, productif, confiant, positif et guéri (en bonne santé) : toute forme de projection se transformera en mariage misérable
- o Clé 4 : cherchez une personne affichant une foi vivante et qui soit ancrée en Christ

- o Clé 5 : prenez le temps de construire une amitié solide, favoriser vos chances d'aborder des questions importantes avec un bon conseiller de préparation au mariage
- o Clé 6 : interrogez-vous sur les points suivants : comment votre ami(e) gère-t-il (elle) la colère ? les conflits ? les blessures ? A-t-il (elle) tendance à remettre sans cesse les choses au lendemain ?

Pour vous qui êtes mariés, vous avez tous entendu maintes fois ce verset :

« Mais comme l'Eglise se soumet à Christ, qu'ainsi aussi la femme se soumette en toute circonstance à son mari. Quant à vous, maris, que chacun de vous aime sa femme comme Christ a aimé l'Eglise : il a donné sa vie pour elle » Ephésiens 5.24-25

Peut-être même souvent comme attaques, ou pour vous inciter à adopter une attitude qui n'est pas celle que Dieu entend. Il est important de savoir qu'un mariage transforme, un mariage déforme mais qu'aucun mariage ne laisse les personnes conformes à ce qu'elles sont. Votre mariage doit reposer sur Dieu et si vous n'avez pas pris soin de suivre les étapes recommandées aux célibataires, ne vous effrayez pas et gardez à l'esprit que notre Dieu est un Dieu puissant et de réconciliation. Sa restauration est également valable pour votre couple. Efforcez-vous dans ce cas à communiquer ensemble pour entamer un nouveau départ et usez abondamment des ingrédients suivants : amour, joie, paix, patience, amabilité, bonté, fidélité, douceur, maîtrise de soi et grâce. Des éléments essentiels qui vous aideront. Peu importe ce qui a été fait jusqu'à aujourd'hui ou l'état de votre mariage, vos décisions influenceront votre présent et votre futur. Souvenez-vous que vous ne pouvez pas changer le passé mais vous pouvez changer votre présent et votre avenir. Marcher constamment pour améliorer les choses dans votre mariage, rien n'est acquis mais tout est un travail constant.

Voici quelques clés qui vous aideront à bâtir un mariage solide, apprenez :

- o Clé 1 : des moyens efficaces pour communiquer
- o Clé 2 : comment résoudre les conflits
- o Clé 3 : comment éduquer nos enfants
- o Clé 4 : comment gérer les nécessités et les priorités
- o Clé 5 : comment franchir les transitions de la vie
- o Clé 6 : comment parler à autrui avec un langage d'amour
- o Clé 7 : comment pardonner et continuer

Il n'existe aucun couple qui ne s'est pas retrouvé face à ces questions plusieurs fois. Pour cela il existe des livres, des DVD, des séminaires, conférences et formations d'excellentes qualités et qui portent un fruit extraordinaire aujourd'hui. Nous vous encourageons à investir dans cela et garder bien à l'esprit qu'il est beaucoup plus avantageux d'investir dans votre couple que de gaspiller de l'argent dans un divorce. Encore quelques règles qui peuvent vous aider ?

- o Ne laissez pas le soleil se coucher sur votre colère
- o Dites la vérité dans l'amour
- o Si vous offensez votre prochain, faites le premier pas
- o Si votre prochain a péché contre vous, faites le premier pas
- o Pardonnez et vous serez pardonné
- o Humiliez-vous vous-même et soumettez-vous les uns aux autres
- o Vous pouvez perdre une bataille et gagner la guerre
- o L'amour couvre une multitude de maux.

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Commençons aujourd'hui à faire le point :

Célibataires ? Reprenez les 6 clés pour choisir un bon conjoint et faites une auto évaluation puis demandez à un ami de confiance de vous éclairer sur ces points

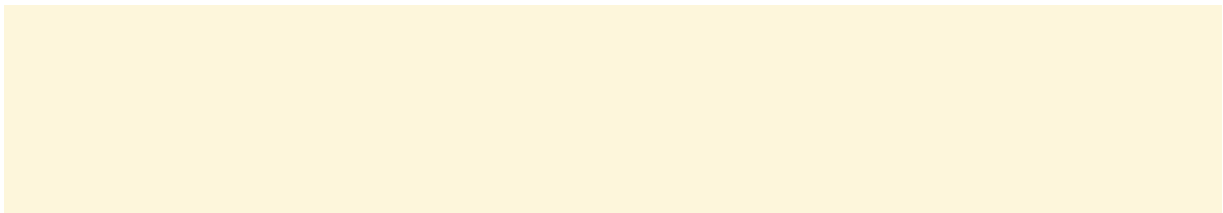
Couples ? Faites le bilan de votre mariage, quel(s) point(s) parmi la liste serai(ent) à retravailler (faites le travail respectivement et chacun pour soi)

Célibataires ? Prenez le temps de vous interroger sur vos bagages (ces transmissions familiales) avec lesquels vous vivez. Débarrassez-vous d'ores et déjà de tout ce qui vous encombre pour trouver l'essentiel que vous souhaitez emporter dans votre bagage nuptial

Couples ? Une fois le bilan fait, priez et communiquez dans la sagesse en exprimant chacun vos besoins essentiels dans la douceur, notez les ici.

Célibataires ? Prenez la décision maintenant de ne faire aucun compromis qui soit contre vos essentiels quand il s'agira de choisir votre futur conjoint

Couples ? Prenez et communiquez un engagement maintenant pour répondre à l'un des besoins de votre conjoint(e) en commençant par de petites choses (demander lui), puis faites un bilan régulier pour accroître cela.



Remariage

Le mariage est sacré certes, et cela ne sera jamais remis en question. Pour qu'il réussisse il faut toutefois être deux. Nous ne pouvons ignorer dans la société actuelle que de nombreuses personnes connaissent un, deux divorces voir plus. Il faut savoir que généralement les chances de réussite et d'épanouissement en couple sont en réalité plus faibles lorsque le nombre de relations s'accroît. Voici quelques statistiques concernant le taux de divorce :

- o 1er Mariage : 50%
- o 2ème Mariage : 67%
- o 3ème Mariage : 75%

Cela n'est pas fait pour vous décourager mais pour vous montrer l'importance de se préparer au remariage et à la nouvelle relation ! Le plus grand piège du divorcé est de se dire : « j'ai déjà connu et j'en ai déjà fait une préparation, du coup, pas besoin de préparation pour moi ! » La réalité, c'est que pour les seconds et troisièmes mariages on constate un taux de divorce plus important et un délai allant de 3 à 6 ans pour construire une famille solide. En tant que parents solos, le besoin d'une restauration, d'un accompagnement et de reconstruction est très important. Des bases solides pour s'épanouir, vivre ce que Dieu souhaite que nous vivions en couple : l'amour, l'unité la complémentarité pour devenir une seule chair n'est pas pour autant à mettre de côté. Dieu t'aime et ses plans pour toi n'ont pas changé. Il est le même hier, aujourd'hui et éternellement (Hébreux 13.8) et Son appel et Ses dons sont irrévocables (Romains 11.29). Des spécificités pour les couples en remariage sont tout de même à noter. Il te faut veiller à :

- o Tes motivations. Voici quelques mauvaises motivations de se remarier :
 - Guérir les blessures d'un ancien mariage
 - Se rebeller contre son ex-partenaire
 - Sentiment de solitude à combler
 - Améliorer sa situation financière (pression financière)
 - Se libérer de la pression et des propos des autres
 - Sens de l'obligation
- o La situation avec ton ex-partenaire : est-elle bien clarifiée et terminée ?
- o La situation est-elle problématique ? Si c'est le cas, cela ne constitue pas forcément un obstacle mais il est bon que ton futur conjoint le sache et se pose la question : suis-je prête à vivre cela ou non ?
- o Y-a-t-il encore des difficultés ou obligations légales et/ou financières ? Pensions alimentaires par exemple, cela est important à prendre en compte pour éviter les problèmes futurs au sein du couple. Les choses doivent être exprimées et vues ensemble. Une fois en couple, ces obligations deviendront celles des deux, aussi et le conjoint ne pourra plus les réfuter.
- o Les attentes irréalistes : le conjoint n'est pas Dieu ! Il t'accompagne comme partenaire, te soutient, t'aime mais ne sera en rien responsable de ton bonheur. Il sera en revanche la cerise sur le gâteau !
- o Fais un point sur la bonne santé spirituelle, émotionnelle et relationnelle des partenaires
- o Le sujet des enfants et de l'éducation est un sujet très sensible dans le remariage. Cela est une source de conflit importante pour les couples particulièrement pour les couples en remariage. Veilles à définir, avec ton conjoint, les règles en matière d'intervention.
- o Abordez ensemble les questions relatives à la préparation au mariage
- o Abordez ensemble la direction et la vision souhaitée pour la famille
- o Abordez également les rôles de chacun. Cela est important pour tous les mariages mais particulièrement pour les remariages qui ont connu pour une période un double rôle.

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Prends le temps de repenser à toutes les mauvaises motivations de te remarier. Avec laquelle es-tu où as-tu été confronté(e) ? Comment Dieu a-t-il répondu ou peut-il répondre à cette attente ?

Note ici ta motivation pour te remarier. Selon toi, quelle est la bonne motivation pour se marier ?

Faites un bilan et notez ici un plan d'action que tu vas mettre en place pour construire un remariage solide ?

Mes enfants

Paul Carvel a dit « vivre la naissance d'un enfant est notre chance la plus accessible de saisir le sens du mot miracle ». Beaucoup pensent que nous devenons parents une fois seulement l'enfant né. En réalité je pense que nous le devenons lorsque nous désirons un enfant et que nous faisons ce qu'il faut pour l'avoir. Même si nous ne pouvons en prendre conscience et accomplir notre rôle et nos responsabilités progressivement que plus tard. Dieu travaille notre cœur avant de mettre en application Ses plans. Dieu nous dit d'ailleurs :

« Avant de t'avoir formé dans le sein de ta mère, je t'ai choisi ; et avant ta naissance, je t'ai consacré : je t'ai destiné à être prophète pour les peuples. » Jérémie 1.5

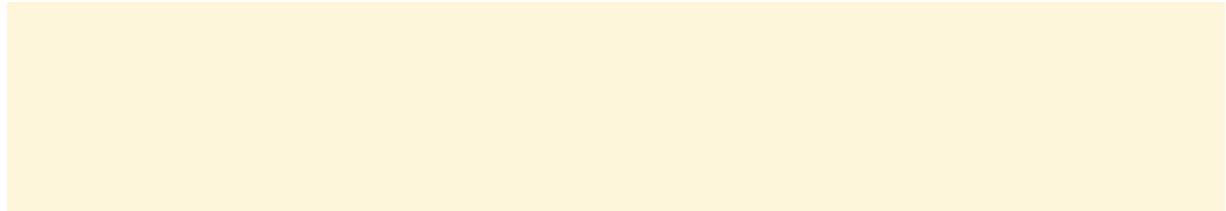
Lorsqu'un enfant naît, il vient enrichir la famille, Dieu nous le confie afin que nous le guidions vers le meilleur qu'il a pour lui. Il faut bien prendre en considération que nos enfants ne nous appartiennent pas, Ils appartiennent à Dieu qui nous les confie afin de les aimer, les éduquer, les amener à une communion avec Lui et les aider à vivre pleinement la vie qu'Il a pour eux. Pour cela, voici quelques clés :

- o N'oubliez pas que votre mission est de préparer vos enfants à devenir des adultes matures, responsables, travailleurs, chrétiens équilibrés.
- o Vivez une foi chrétienne cohérente que vos enfants auront envie d'adopter dans leur propre vie.
- o Essayez de répondre à leurs questionnements difficiles concernant la foi alors qu'ils tentent de la mettre en pratique.
- o Aidez-les à vivre et à prospérer dans un monde brisé, corrompu et hostile. Votre foyer devrait être pour eux un havre de sécurité.
- o Si vous êtes parents isolés, cherchez des modèles divins surs pour combler le vide créé par le parent absent. Elevez un enfant est un travail d'équipe. Une église saine peut aider à combler ce besoin.
- o Enseignez-leur à être responsables financièrement et à l'égard de l'Etat.
- o Apprenez-leur à donner à Dieu et aux autres.
- o Trouvez une bonne église et engagez-vous. Instaurez des traditions saines qui leur serviront de fondement pour grandir.
- o Apprenez-leur à travailler avec persévérance.
- o Ecoutez-les et soyez attentifs à leurs sentiments et leurs peurs.
- o Jouez et riez avec eux.
- o Célébrez leur vie et leurs réussites.

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Aujourd'hui, à la lecture de ces quelques points, faites le bilan et identifiez, à l'aide du Saint Esprit, les points sur lesquels vous devez travailler ? Prenez un engagement concret qui changera les choses...

De ce bilan faites également ressortir les points que vous entreprenez bien et les victoires que vous rencontrez : prenez la décision et un engagement concret pour célébrer ces victoires en famille.

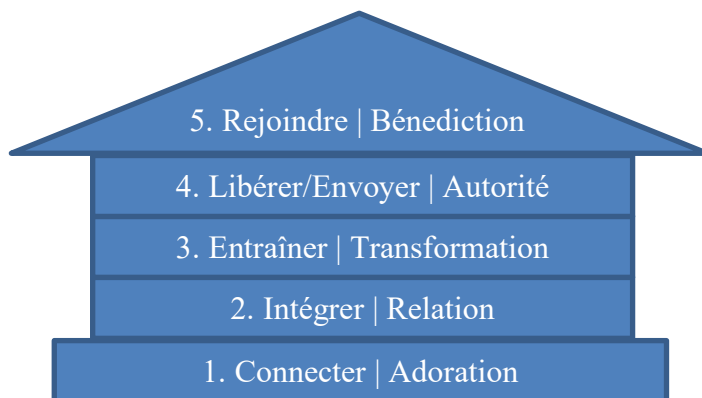


Une famille solide

Former une famille en bonne santé demande de l'ordre selon Dieu. La Parole de Dieu nous fournit des instructions claires et précises sur la manière de poser les fondements d'un foyer qui reflète son image. Malheureusement la plupart d'entre nous n'ont pas grandi dans un foyer soucieux d'honorer et de respecter la Parole de Dieu. Cela nous amène à devoir réapprendre à faire les choses correctement pour devenir une famille solide. Votre famille est importante et les conséquences qu'elle peut avoir sont majeurs et satan en a fait l'un de ses plus grands combats. Votre histoire familiale est extrêmement importante et de là découlent la plupart de vos habitudes ou croyances. En effet, nous nous sommes construits par des milliers d'interactions relationnelles des générations passées. Plusieurs éléments viennent de votre famille. Par exemple : vos habitudes alimentaires ou sportives, vos croyances à propos de Dieu, votre estime de vous, des émotions importantes (confiance, amour, altruisme, compassion, honneur, colère, dépression...), votre état d'esprit etc. Si vous arrivez à prendre conscience de cela et à comprendre l'influence de votre famille sur votre personnalité et vos filtres vous obtiendrez une clé majeure pour une percée vers la guérison. Bâtir une famille forte et bénie, un havre de paix est important pour vous, pour votre famille, pour les autres et pour Dieu. Voici quelques clés qui vous aideront à cela :

- o Le couple passe avant les enfants.
- o Des disciplines claires et cohérentes.
- o Des attentes clairement définies et réalistes.
- o Des tonnes de paroles et de gestes de reconnaissance et d'affection physique.
- o Ne jamais reprendre quelqu'un dans la colère.
- o Ne vous disputez pas devant les enfants.
- o Impliquez-vous dans les activités des enfants.
- o Lisez-leur des histoires et priez avec eux quotidiennement.
- o Pour les plus grands, aidez-les à faire les devoirs, du sport et d'autres activités.
- o Les enfants passent avant le ministère ou la carrière.
- o Apprenez-leur à soutenir les moins fortunés.
- o Enseignez-leur à donner, à pardonner et à se réconcilier.
- o Montrez-leur comment résoudre les conflits, gérer sagement le rejet, la blessure et la colère.
- o Apprenez-leur à rêver.
- o Expliquez-leur comment choisir leur futur conjoint.
- o Récompensez les comportements que vous souhaitez les voir développer.

Une famille christo-centrique est une famille en 5D, fondé sur 5 dimensions :



1. Dimension prophétique
2. Dimension pastorale
3. Dimension enseignante
4. Dimension apostolique
5. Dimension évangélisatrice

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Chaque famille a un ADN qui lui est propre, notez-ici votre ADN. A la lecture de la liste, quels points pourriez-vous appliquer ou accroître pour faire un pas de plus vers l'image de Dieu ?

Qu'est-ce qui vous fait penser qu'un changement est nécessaire sur ce point ?

Notez-ici un engagement concret pour une réconciliation sur le point abordé et un changement



SESSION 6

MES RELATIONS

Jusqu'ici nous avons abordé plusieurs points concernant notre santé spirituelle, émotionnelle et relationnelle. Dieu vous aime, votre santé et votre plénitude font partie de Son plan pour vous. Vous allez certainement rencontrer de la résistance dans votre cheminement, dans votre système familial ou dans votre cercle de relations car cela est difficile à changer. Si c'est le cas ne vous découragez pas, mais comme lorsqu'un enfant apprend à marcher, tendez la main vers notre Papa céleste qui vous aidera à vous relever et à continuer votre apprentissage jusqu'à ce que vous deveniez un marathonien hors pair. Gardez bien à l'esprit que le Saint Esprit fait toute chose nouvelle et que Dieu accomplit toujours ses œuvres, Il ne s'arrête pas en cours ! Nous vous conseillons également de vous rapprocher d'une personne de confiance, un conseiller qualifié, un responsable ou un pasteur afin d'être soutenu dans votre démarche.

Nous voyons dans la Bible que Dieu ne nous a pas créés pour être seuls. Il nous a créés comme un corps dans lequel chacun a son importance et un rôle précis et important pour Dieu et pour le Royaume. Dans cet esprit, nous sommes tous en complémentarité et notre rôle est d'entretenir de bonnes relations avec les autres. Nous avons beaucoup à leur apporter et les autres ont beaucoup à nous apporter également. La Bible nous enseigne beaucoup sur ce sujet et nous ne pouvons traiter un sujet comme celui d'aujourd'hui dans sa globalité mais nous verrons quelques notions qui vous aideront à vivre des relations saines et équilibrées.

Avant cela, prenez bien en note que pour une bonne relation il faut être deux. En respect du libre arbitre, chacun a une part à accomplir. De fait, faites tout votre possible, dans la mesure où cela dépend de vous, pour avoir de bonne relation mais ne portez jamais sur votre dos la responsabilité de l'autre. Ce n'est pas sain et cela ne ferait que vous charger d'un poids que vous ne pourrez pas porter. Voyons maintenant quelques notions sur les relations.

Une valeur ajoutée à ma vie

En lisant l'ancien testament, nous découvrons que Dieu souhaite que nous ayons des relations épanouissantes et dynamiques. Une relation avec les autres qui ressemble à celle qu'il a créée au départ, une relation saine, équilibrée dans l'amour, la paix, la joie, l'honneur, le respect. Une relation saine est bénéfique pour chaque participant. Elle implique une relation gagnant-gagnant où les deux donnent et s'impliquent pour le meilleur de l'autre. Comme pour notre relation avec Dieu, celle avec notre épouse ou celle avec nos enfants, nos relations avec les autres sont influencées par notre état et les filtres que nous avons. Une fois vos filtres nettoyés, vous êtes plus à même de comprendre cela et de donner. Nous ne pouvons donner que ce que nous avons mais nous ne pouvons prendre sans cesse, sans donner. A l'inverse, certains donnent beaucoup et n'apprennent pas à recevoir. Une bonne relation est une relation où l'on donne et où l'on reçoit, il nous faut donc apprendre à donner et apprendre à recevoir. Dieu nous bénit à travers les autres mais souvenez-vous qu'il nous a donné le libre arbitre alors gardons toujours deux éléments dans une relation : honorons les autres et soyons reconnaissants à Dieu. Les autres ne sont pas vos ennemis, ce sont des bénédictions qui vous aideront et dont vous avez besoin pour accomplir le plan que Dieu a mis sur votre vie !

« Comment un seul pourrait-il en poursuivre 1000, et deux en mettre 10'000 en fuite [...] » Deutéronome 32.30

Est-ce que vous vivez cela aujourd'hui dans vos relations ? Si ce n'est pas le cas, voilà quelques pistes pour débiter le processus :



- o Pardonner à tous ceux qui vous ont blessé ou contre qui vous avez de la colère. Construire une relation solide est difficile, tous les résidus de problèmes irrésolus du passé vont inévitablement miner vos chances de réussite.
- o Demander à Dieu de vous aider à construire de telles relations.
- o Soyez remplis du Saint Esprit chaque jour à tel point que vous ayez toujours davantage à donner, à aimer et à communiquer aux autres.
- o Apprenez à chérir vos relations et à en discerner l'intérêt et le bénéfice.
- o Identifiez les relations qui sont malsaines et toxiques.

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Commençons dès maintenant, faites une liste des personnes qui vous ont blessés ou contre qui vous avez de la colère. Pardonnez-leur.

Faites une liste de vos relations les plus proches, pour chacune d'entre elle, discernez l'intérêt et le bénéfice, la valeur ajoutée qu'elle représente pour vous. Trouver une action concrète pour bénir ces personnes

Prenez un engagement pour construire des relations saines, notez ici votre engagement

Identifier une relation saine

Nous devons également être conscients que toute relation nous influence et que nous devons bien choisir nos relations car une relation peut être toxique et malsaine et nuire à notre épanouissement. La Bible est claire sur ce point mais si certaines relations sont facilement identifiables comme malsaines, d'autres sont beaucoup plus délicates à identifier. En tout temps, il nous faut laisser place à l'Esprit de Dieu pour faire preuve de sagesse divine. Voici quelques points qui vous aideront à identifier des relations saines :

- o Le respect et l'honneur sont visibles
- o L'amour et l'affection vous paraissent évident
- o Ils savent vraiment communiquer, ce qui implique l'écoute active et des échanges en toute transparence
- o Chez eux, exprimer la reconnaissance est quelque chose d'habituel
- o Le pardon est accordé en toute liberté et rapidement.

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Avez-vous un couple en bonne santé auquel ses points vous font penser ? Comment sont-ils ? Qui est le parent, le patron, le professeur ou l'ami qui est pour vous le meilleur exemple de bonne santé à l'étude de ces caractéristiques ?

Une fois identifié, prenez un instant pour comparer vos relations à celles décrites ci-dessus

Concentrez-vous maintenant pour identifier les relations malsaines ou toxiques. Quelles en sont les conséquences ? Comment pouvez-vous assainir les choses ?

Les principaux obstacles à une bonne relation

Combien de personnes rencontrées par jour ? De nombreuses, très nombreuses personnes chaque jour et lorsque nous entreprenons de « connecter » ou d'entreprendre une relation les choses se corsent et nous ne savons pas comment y parvenir pour la plupart. Nous souhaitons tous avoir de bonnes relations avec les autres mais certaines choses nous en empêchent. Commençons donc par enlever quelques obstacles de notre chemin et peut être y arriveront nous plus aisément.

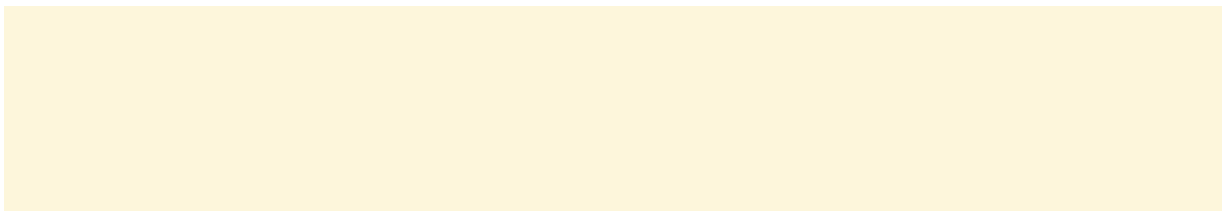
Les 4 obstacles les plus fréquents à l'établissement d'une relation saine sont :

- o Les blessures et la colère non résolue : certaines sont visibles, d'autres tellement ancrées qu'on ne peut les voir. Travailler sur les événements qui vous ont fortement atteint vous permettra de voir les choses différemment et de connecter plus facilement et sainement. « Que toute amertume, toute fureur, toute colère, tout éclat de voix, toute calomnie et toute forme de méchanceté disparaissent du milieu de vous. » Ephésiens 4.31
- o Les déceptions, les attentes irréalistes et les promesses non tenues : si vous êtes en proie aux attentes irréalistes rassurez-vous beaucoup sont dans le même cas. Cela est une source de sabotage des relations. La plupart proviennent des déceptions et des promesses non tenues du passé. Si vous trouvez l'origine de ces attentes, vous pourrez alors vous en débarrasser et revoir vos attentes de manière plus réaliste. « Un cœur joyeux rend le visage plaisant, mais quand le cœur est triste, l'esprit est abattu. » Proverbes 15.13
- o L'infidélité : la confiance est une chose très précieuse qui devient le fondement même de l'estime de soi et de l'aptitude à construire des relations durables. Si vous avez souffert à cause d'un parent ou d'un conjoint infidèle, il faut absolument prendre le temps de traiter les difficultés liées à la confiance.
- o L'insensibilité et l'égoïsme : certaines personnes se trouvent être insensibles aux besoins des autres, il est alors très difficile d'envisager une bonne relation qui rappelle la nécessité de donner et de recevoir. Cela peut être dû à de l'égoïsme à l'état pur, de l'orgueil ou simplement de l'ignorance. Quelle qu'en soit la cause, vous devez la traiter afin de pouvoir bâtir des relations saines.

Ces quatre obstacles ont un remède commun, le meilleur qui puisse être et que Dieu nous donne : l'amour inconditionnel. C'est le modèle divin par excellence pour résoudre ce type de difficultés, un remède efficace contre ses forteresses intérieures.

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Aujourd'hui, revoyez la définition de l'amour inconditionnel dans 1 Corinthiens 13 et demandez au Saint Esprit de vous éclairer sur une situation de votre quotidien qui révèle une forteresse. Demandez-lui de vous aider à changer.



Relationner : un apprentissage !

Une fois les chaînes brisées et les forteresses tombées, nous devons apprendre à créer et entrer en relation tout comme à gérer les relations avec les autres. Il faut pas mal d'efforts pour nouer des relations profondes et durables, capables de survivre aux conflits, à la tentation, aux tragédies, aux difficultés et aux changements. Cela peut s'apprendre par différents moyens : relation d'aide, livres, suivis hebdomadaires, conférences, activités... mais cela en vaut la peine et le travail, l'étude et l'investissement que vous ferez vous rapporteront bien plus que vos efforts et vos sacrifices.

« Je vous donne un commandement nouveau : Aimez-vous les uns les autres. Comme je vous ai aimés, vous aussi, aimez-vous les uns les autres. » Jean 13.34

Nous voyons ici que Jésus Lui-même, nous dit qu'il s'agit d'un apprentissage. Il nous demande d'aimer « comme » Lui. Cela signifie donc si je paraphrase « observer bien la manière dont je procède, apprenez et reproduisez-la, en faisant la même chose avec les autres ». Les relations ne sont pas le fruit de notre ADN. Ce sont nos parents, familles, amis, voisins, professeurs, coachs..., la société en général, qui nous ont appris à entrer en relation avec autrui.

Que vous en ayez conscience ou non certaines personnes ont eu un impact majeur sur votre comportement relationnel. Nous subissons et faisons tous des erreurs en matière de relations comme dans la vie en général. Nous n'avons pas besoin de les initier volontairement pour en faire un nombre incalculable mais les échecs ne sont pas un moyen de nous affliger, simplement d'apprendre. Les erreurs, lorsqu'on en tire les enseignements, sont un tremplin vers le meilleur !

Voici quelques leçons que nous pouvons apprendre en observant Jésus :

- Ecouter l'autre : Jésus est Dieu et Dieu connaît toute chose. Il connaissait donc tout mais pris tout de même le temps d'écouter. Ecouter l'autre est un point essentiel pour construire une bonne relation et éviter de nombreuses difficultés. Si vous rencontrez des difficultés à cela vous pouvez tester votre écoute en utilisant des formules telles que : « J'entends que tu me dis ceci... » « Je comprends que tu te sens » ou encore « Aides moi à comprendre ce que tu ressens ».
- Communiquer bien : il est important d'apprendre à exprimer vos besoins, vos émotions mais également à gérer les conflits, les désaccords et les résoudre.
- Pardonner : le pardon est un processus que beaucoup ignore. Il se décompose en trois étapes, souvenez-vous en :
 - L'acte de pardon : proclamer le pardon, l'exprimer
 - Le processus : pardonner à nouveau à chaque fois que cela est nécessaire et que la douleur se fait sentir
 - L'état de pardon : la blessure fait partie de votre histoire mais ne crée plus de souffrances et n'exerce plus d'influence comme filtre.
- Le sens et la sagesse : il est important de chercher la sagesse divine et de la transmettre également. Celle-ci peut nous être directement révélée ou encore nous être apportée par des conseillers de qualité. Nous en avons besoin tout comme de bon sens pour établir des relations. « Il m'enseignait alors et me disait : « Que ton cœur retienne mes paroles ! Obéis à mes commandements et tu vivras. Acquiers la sagesse, acquiers l'intelligence ! N'oublie pas les paroles de ma bouche et ne t'en détourne pas ! Ne l'abandonne pas et elle te gardera. Aime-la et elle te protégera. » Voici le commencement de la sagesse

: acquiers la sagesse et avec tout ce que tu possèdes acquiers l'intelligence. Tiens-la en haute estime et elle t'élèvera. Elle fera ta gloire, quand tu l'embrasseras. Elle mettra sur ta tête une couronne de grâce, elle t'ornera d'un magnifique diadème. » Proverbes 4.4-9

- o Les forteresses générationnelles : nous avons déjà vu plus tôt dans cette formation l'importance de briser les forteresses générationnelles. En matière de relations, nous avons appris beaucoup en observant des modèles jour après jour. D'importantes valeurs comme la confiance, l'amour, l'honneur, la patience, et bien d'autres s'apprennent au contact des modèles qui forment notre personnalité. Ici aussi, certains problèmes relationnels sont issus des générations ascendantes et vous ne serez pas étonné en observant des familles de voir les mêmes comportements se reproduire de génération en génération. Il est désormais temps de les briser et d'en aborder le problème.

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Parmi les points cités, y-a-t-il une aptitude que vous avez besoin de travailler ? Où pouvez-vous l'acquérir ? Existe-t-il des choses que vous n'avez pas pardonnées, si oui faites le maintenant.

Qui a eu l'impact le plus positif sur votre capacité à nouer de bonnes relations ? l'impact le plus négatif ?

En ce qui concerne vos forteresses générationnelles, identifiez quels ont été vos modèles et interrogez-vous sur le modèle que vous êtes aujourd'hui ?

SESSION 7

JE COURS VERS LE BUT !

Avant de poursuivre, permettez-moi de vous encourager et vous féliciter pour votre démarche et l'ensemble des choses que vous avez abordées jusqu'à maintenant. Souhaiter le changement et entamer un travail pour devenir une personne en santé est une démarche qui demande du courage, de la volonté et qui n'est pas toujours évidente. Toutefois, croyez-moi, c'est un premier pas vers l'extraordinaire que Dieu a pour vous. Pour avoir fait personnellement ce parcours, je peux vous garantir son efficacité. Malgré des phases difficiles, cette démarche a été un tremplin dans ma vie, dans celle de ma famille et dans mon cercle relationnel. Devenir une personne épanouie est quelque chose de possible, devenir une personne en santé spirituelle, émotionnelle et relationnelle l'est tout autant. Maintenant que nous avons abordé les points principaux qui vous permettront de débiter un cheminement vers l'épanouissement, voyons comment libérer votre plein potentiel. Dieu a un plan merveilleux pour votre vie, Il a le meilleur mais il faut accepter ce plan et y entrer, Dieu vous ouvre la porte, c'est à vous de faire le pas pour y entrer. Un pas que vous avez commencé aujourd'hui !

Victoire pour ma destinée

« Vous aviez projeté de me faire du mal, Dieu l'a changé en bien pour accomplir ce qui arrive aujourd'hui, pour sauver la vie à un peuple nombreux. »

Genèse 50.20

« En effet, ce n'est pas contre l'homme que nous avons à lutter, mais contre les puissances, contre les autorités, contre les souverains de ce monde de ténèbres, contre les esprits du mal dans les lieux célestes. »

Ephésiens 6.12

Joseph développa cette capacité exceptionnelle à rebondir après des mésaventures. Il avait compris que ce que ses ennemis avaient médité contre lui, Dieu allait le transformer en quelque chose de bon. Dieu a cette capacité et cette volonté de changer le mal que l'on nous fait en un véritable diamant de grande valeur. Paul dans Philippiens 3.13-14, nous exprime cette réalité en nous portant vers l'avant et nous dit ainsi : « oubliant ce qui est derrière et me portant sur ce qui est devant, je cours vers le but pour remporter le prix de l'appel céleste de Dieu en Jésus ». Il avait compris le secret pour oublier le passé : le pardon et la guérison qui désamorcent tout souvenir douloureux pour en faire quelque chose de bien. Paul avait aussi, comme Joseph, le pouvoir de réinterpréter chaque événement pour le bien. Joseph a tout perdu, pourtant nous notons qu'il n'a jamais tenu Dieu responsable. Satan, le père du mensonge veut nous cacher nos possibilités. Mais Joseph a su les récupérer en totalité et sauver une multitude de personnes. Paul, lui, avait une compréhension claire du combat spirituel. Il savait qu'il y a des forces spirituelles qui doivent être discernées et combattues. N'oubliez jamais que Satan est un voleur qui vient pour voler, égorger et détruire. Il fera tout ce qui est en son pouvoir, sans pitié et de manière perverse, pour vous détruire. Malgré cela, gardez toujours à l'esprit que les armes avec lesquelles nous combattons ne sont pas humaines mais elles sont puissantes, grâce à Dieu, pour renverser les forteresses. Vous avez une force puissante en vous et toute autorité sur les puissances du mal, vous devez vous en servir. N'oubliez jamais non plus que Dieu veut vous mener de gloire en gloire (2 Corinthiens 3.18).

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Comme Joseph, demandez au Saint Esprit de vous aider à réinterpréter un évènement de votre passé et demandez-Lui un nouvel éclairage. Notez ici votre prière et vos observations

Relisez les versets ci-dessus et demandez au Saint Esprit de vous remplir de Son autorité, Lui laissant toute la place, demandez- Lui de l'aide. Par exemple, vous pourriez dire : Saint Esprit, prends toute la place en moi, je m'abandonne à toi et t'invite. Aide-moi à devenir un(e) meilleur(e) papa/maman, époux/épouse, homme/femme, leader.

Ecrivez maintenant une action concrète pour devenir un(e) meilleur(e) papa/maman, époux/épouse, homme/femme, leader.

Buts & objectifs

« Je veux proclamer le décret de l'Eternel. Il m'a dit : «Tu es mon fils, je t'ai engendré aujourd'hui ! 8Demande-le-moi, et je te donnerai les nations en héritage, les extrémités de la terre en possession. » Psaumes 2.7-8 « Quant à nous, notre droit de cité est dans le ciel, d'où nous attendons aussi comme Sauveur le Seigneur Jésus-Christ. » Philippiens 3.20 « Mon Peuple périt faute de vision » Proverbes 29.18

A la lecture de ces versets, nous constatons que Dieu veut que vous épousiez une grande vision pour votre vie afin que vous puissiez être bien inspirés, concentrés ou encore orientés lorsque vous faites des choix. Lorsqu'on comprend que Dieu a une vision particulière et qu'il a ouvert toutes les portes du ciel pour que nous puissions nous asseoir sur le trône, on change radicalement de perspective. Dieu vous aime, et ce qu'il a pour votre vie n'est rien d'autre qu'un plan merveilleux. Il a une réponse pour chaque besoin ou chaque injustice de ce monde, les vôtres comme celles d'autrui. Alors que vous recherchez la manifestation du Saint Esprit, ayez l'assurance qu'il va se servir de vous afin que vous puissiez transformer la vie de vos prochains tout en vous montrant l'œuvre qu'il fait en vous.

«[...] Monte ici et je te ferai voir ce qui doit arriver par la suite.» Apocalypse 4.1 « Il est le rémunérateur de ceux qui le cherchent.» Hébreux 11.6 En orientant votre attention sur des objectifs, des projets et les récompenses motivants, vous aurez l'impression immédiate que le Saint Esprit a commencé à vous dévier vers la bonne direction. Dieu vous a conçu pour être capable d'atteindre des objectifs, de réussir des projets et surtout d'aider les autres à faire de même « c'est Dieu qui produit en vous le bon vouloir et le faire » (Philippiens 2.13). Vous avez été créés pour exercer une prééminence, avoir de l'influence et déployer créativité, amour, joie. A partir du moment où vous vous élancez sur ce cheminement de progression, vous êtes dans la bonne direction. Vous avez été créés pour atteindre le but que vous vous êtes fixé. Vous pouvez le faire alors, osez rêver, osez planifier à nouveau !

« Je veux proclamer le décret de l'Eternel. Il m'a dit : «*Tu es mon fils, je t'ai engendré aujourd'hui ! 8Demande-le-moi, et *je te donnerai les nations en héritage, les extrémités de la terre en possession. » Psaumes 2.7-8 « Quant à nous, notre droit de cité est dans le ciel, d'où nous attendons aussi comme Sauveur le Seigneur Jésus-Christ. » Philippiens 3.20 « Mon Peuple périt faute de vision » Proverbes 29.18

A la lecture de ces versets, nous constatons que Dieu veut que vous épousiez une grande vision pour votre vie afin que vous puissiez être bien inspirés, concentrés ou encore orientés lorsque vous faites des choix. Lorsqu'on comprend que Dieu a une vision particulière et qu'il a ouvert toutes les portes du ciel pour que nous puissions nous asseoir sur le trône, on change radicalement de perspective. Dieu vous aime, et ce qu'il a pour votre vie n'est rien d'autre qu'un plan merveilleux. Il a une réponse pour chaque besoin ou chaque injustice de ce monde, les vôtres comme celles d'autrui. Alors, ayez l'assurance qu'il va se servir de vous ! En partenariat et dans une étroite intimité avec le Saint Esprit dont il vous faut rechercher la manifestation Dieu vous guidera pour que vous puissiez transformer la vie de vos prochains tout en vous montrant l'œuvre qu'il fait en vous. «[...] Monte ici et je te ferai voir ce qui doit arriver par la suite.» Apocalypse 4.1 « Il est le rémunérateur de ceux qui le cherchent. » Hébreux 11.6

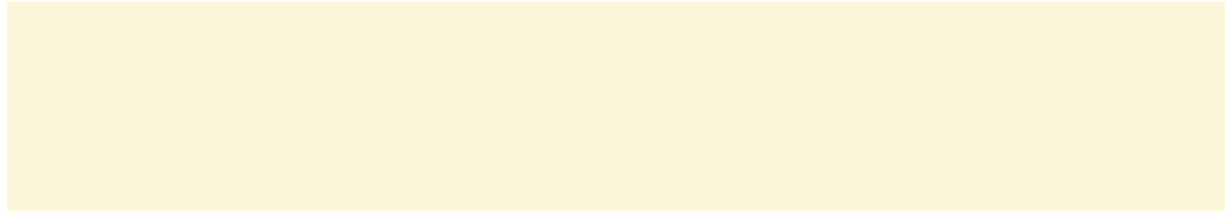
En orientant votre attention sur des objectifs, des projets et les choses positives, vous saisissez alors plus facilement les récompenses divines et votre motivation s'accroît. En les expérimentant vous prenez vite conscience et vous aurez l'impression immédiate que le Saint Esprit a commencé à vous dévier vers la bonne direction. Dieu vous a conçu pour être capable d'atteindre des objectifs, de réussir des projets et surtout aider les autres à faire de même « c'est Dieu qui produit en vous le bon vouloir et le faire » (Philippiens 2.13). Vous avez été créés pour exercer une prééminence, avoir de l'influence et déployer créativité, amour, joie. A partir du moment où vous vous débutez ce cheminement de progression, vous êtes dans la bonne direction. Vous avez été créés pour atteindre le but que vous vous êtes fixé, vous pouvez le faire alors osez rêver et osez planifier à nouveau !

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Dans une attitude de prière, établissez et rédigez une liste de buts et d'améliorations que vous avez toujours voulu atteindre.

Le Saint Esprit vous aidera à les atteindre. Identifiez désormais des personnes qui vous aideront à acquérir du savoir-faire, des compétences, des connaissances et de l'onction nouvelle, afin que vous trouviez le succès.

Assurez-vous désormais que ces buts ne soient pas focalisés sur vous seulement. Comment ceux-ci peuvent-ils répondre à un besoin des autres ?



Un leader libre & doué

« Car je connais les projets que j'ai conçus en votre faveur, déclare l'Éternel : ce sont des projets de paix et non de malheur afin de vous assurer un avenir plein d'espérance » Jérémie 29.11

Si nous croyons à ce que Dieu a en réserve pour nous, si nous croyons en Ses plans merveilleux et les faisons nôtres, qu'est-ce qui pourrait nous empêcher de les atteindre ? Dans notre vie, nous construisons des tonnes de limites invisibles qui ne sont en réalité que des blessures si profondément ancrées dans nos cœurs qu'elles semblent totalement oubliées. Pourtant celles-ci exercent un frein énorme sur le développement de notre potentiel. Il s'agit de ces fameux « Je ne peux pas... » pour lesquels souvent les autres nous répondent : mais pourquoi ? Je ne comprends pas ? Les causes les plus communes sont l'alcoolisme domestique, le rejet vécu à l'école ou au sport, les abus subis à la maison, les brimades souffertes à l'école, le divorce des parents ou encore les échecs scolaires, sportifs ou artistiques. Ils peuvent avoir une influence marquée sur vos relations, votre propension au succès, votre potentiel de progrès, votre bien-être personnel et votre paix intérieure. Il est important donc de les traiter et d'abattre ces limites invisibles. Il est temps de lâcher prise sur votre passé pour saisir à pleine main votre futur. La capacité de lâcher prise est capitale et vous aidera à vous libérer de vos peurs, échecs, inquiétudes, erreurs, pertes, blessures, piètre estime de soi etc. Commencez aujourd'hui en :

- o Choissant d'oublier (Philippiens 3.13)
- o Priant à propos de chaque situation
- o Priant avec reconnaissance
- o Transmettant à Dieu toutes vos requêtes
- o Pardonnant à tout le monde !

« Nous qui sommes plusieurs, nous formons un seul corps en Christ et nous sommes tous membres les uns des autres, chacun pour sa part. Nous avons des dons différents, selon la grâce qui nous a été accordée. Si quelqu'un a le don de prophétie, qu'il l'exerce en accord avec la foi » Romains 12.5-6

Vous êtes doués et vous avez une particularité que personne n'a. Vous seul pouvez décider d'apporter votre part unique à Son œuvre. Ne laissez jamais personne vous dire le contraire. Pour parvenir à votre plein potentiel, Dieu vous a équipé et est la source de votre intelligence. En avançant il convient d'ailleurs de prendre garde à ne jamais oublier qu'il en est l'auteur et la source. Voici 7 dons/états dont nous jouissons en permanence :

- o Nous sommes créés à l'image de Dieu
- o Nous disposons d'idées créatives et divines
- o Un flot de faveurs et de grâces est prévu pour nous
- o Des signes et des miracles nous accompagnent
- o Des dons sont en nous, certains dormaient et vont se réveiller à nouveau et d'autres encore vont être découverts
- o Nous disposons en permanence de la puissance de Dieu
- o Des plans qui étaient très bons qui vont nous conduire dans des endroits très bons pour nous

La peur est l'une des émotions qui nous paralyse le plus mais prenez conscience que Dieu est avec vous et qu'il vous dit simplement : Ne crains pas car je suis avec toi ! Notre assurance est en Lui et Il nous aime, Il ne nous abandonnera jamais et ne nous fera aucun mal. N'ayez donc pas peur mais prenez pleinement conscience que « ce n'est pas un esprit de timidité que Dieu nous a donné, mais un esprit de force, d'amour et de sagesse. » (1 Timothée 1.7).

« Si quelqu'un est en Christ, il est une nouvelle créature. Les choses anciennes sont passées ; voici, toutes choses sont devenues nouvelles. » 2 Corinthiens 5.17

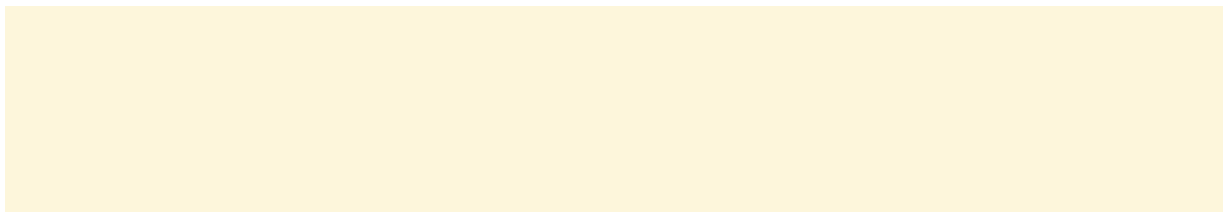
Presque tout ce que nous accomplissons de bien provient de notre for intérieur, de la conscience que nous avons et de la manière dont nous nous percevons. Ainsi, dès que nous parvenons à changer notre identité, ou plutôt prendre conscience de qui nous sommes en Christ, on interprète différemment les choses. On prend de meilleures décisions et nos émotions changent. Réalisez donc maintenant qui vous êtes réellement en Christ et à l'instar de Gédéon, méprisé de tous, attendez-vous à accomplir de grandes choses et à laisser jaillir le vaillant héros qui sommeille en vous.

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Pour cela, demandez au Saint Esprit de vous révéler les limites invisibles qui vous empêchent de saisir votre plein potentiel

Prenez le temps de vous pardonner et de lâcher prise quant à votre passé pour mieux saisir votre futur. Abandonnez chacune des pertes, erreurs... commises entre les mains de Dieu et demandez-Lui la restauration.

Prenez conscience de votre véritable identité en Christ. Qu'allez-vous entreprendre pour saisir ces vérités et libérer le vaillant héros qui est en vous ?



Cours vers le but !

« Mais vous recevrez une puissance lorsque le Saint-Esprit viendra sur vous, et vous serez mes témoins à Jérusalem, dans toute la Judée, dans la Samarie et jusqu'aux extrémités de la terre. » Actes 1.8

Le Saint Esprit désire se manifester en vous et à travers vous. C'est simplement génial et enthousiasmant d'être utilisé par le Saint Esprit ! Le Saint Esprit est l'Esprit de Jésus, Il n'est pas seulement une puissance mais à des sentiments et Il est en quelque sorte le vrai Dieu qui vit en vous. Il est possible de résister et de Lui faire de la peine et si vous L'abordez comme une force impersonnelle vous passerez certainement à côté de sa véritable identité ainsi que de la votre. Il est le défenseur et le consolateur, Il révèle le cœur du Père mais aussi le cœur des Hommes ! Vous en aurez besoin pour marcher dans vos visions. Avec Lui, tout est question de relation.

Invitez-Le donc à vous remplir, vous diriger et à vous utiliser pour le bien. « Maintenant donc ces trois choses restent : la foi, l'espérance, l'amour ; mais la plus grande des trois, c'est l'amour. » 1 Corinthiens 13.13

Dans votre marche vous aurez également besoin de foi, d'espérance et d'amour. La foi est la monnaie du ciel et elle vous a été donnée. La marche par la foi n'est jamais facile mais il est possible de l'augmenter. Vous avez de grands plans, des visions merveilleuses et des exploits à accomplir. Marcher par la foi implique plus qu'une croyance, c'est une certitude que Dieu nous pousse à accomplir cela et voir les choses comme réelles avant même qu'elles soient visibles. Elle provient de la Parole et chaque jour le Saint Esprit a des révélations qui engendreront plus de foi mais aussi d'impressionnants résultats. A certaines périodes, il se peut que vous soyez découragés. Il est si étonnant de voir ce que Dieu peut faire et se rappeler constamment qu'Il a écrit le scénario de nos vies. Tout est entre Ses mains et est déjà préparé mais nous avons la responsabilité d'entrer dans ces plans. L'espérance est une vision ferme des progrès et des percées que Dieu veut pour nous. Il n'y a pas de foi sans un espoir meilleur et sans espérance. Soyez encouragés et demandez à Dieu de vous renouveler d'espérance pour vous, votre famille, votre église. Enfin l'amour. Accomplissez toute chose par amour et revoyez sans cesse votre motivation. Il est important dans votre marche que vous gardiez à l'esprit et en application le plus important des commandements. L'amour est une puissance insoupçonnée et dans un monde où l'amour est devenu conditionnel et éphémère, il vous permettra d'abattre de nombreuses frontières et de dépasser vos peurs, vos craintes pour aller jusqu'au bout dans l'accomplissement de votre vision.

Jésus leur dit alors : « Je vous le dis en vérité, si vous avez de la foi et que vous ne doutez pas, non seulement vous ferez ce qui a été fait à ce figuier, mais même si vous dites à cette montagne : 'Retire-toi de là et jette-toi dans la mer, cela arrivera. Tout ce que vous demanderez avec foi par la prière, vous le recevrez. » Matthieu 21.21-22

Nous avons vu l'importance de notre communion avec Dieu, revenons dessus pour quelques lignes. Dieu est capable de toute chose, Il accomplit toute chose et Il nous a rendu capable d'accomplir des exploits mais n'oubliez jamais, dans votre marche, que Dieu est la source de toute chose. Vous êtes en partenariat avec Lui et votre communion est essentielle. C'est Lui qui vous guide et vous donne la force et tout ce qu'il vous faut pour avancer et accomplir Ses merveilleux plans. Passez donc beaucoup de temps en Sa présence, dans la prière. La prière est un ingrédient essentiel à votre épanouissement, c'est dans la prière que change le cours des choses, que nous adorons, louons et remercions Dieu. Dans la prière, nous Lui demandons tout ce dont nous avons besoin ou souhaitons. Prendre du temps pour Lui parler et à L'écouter est déterminant pour votre destinée. Ses pensées divines et créatives nous aideront à changer nos vies, tout comme celles des personnes qui nous entourent. Finissons d'ailleurs notre formation en parlant de ceux qui nous entourent, du corps dont nous faisons partie !



« Veillons les uns sur les autres pour nous inciter à l'amour et à de belles œuvres. N'abandonnons pas notre assemblée, comme certains en ont l'habitude, mais encourageons-nous mutuellement. Faites cela d'autant plus que vous voyez s'approcher le jour. » Hébreux 10.24-25

Jésus avait vu l'établissement de l'Eglise et son dévouement à cet égard était indéfectible. Il savait que nous avons besoin d'une communauté pour grandir et devenir nous-même des agents du changement. L'Eglise constitue la stratégie de Dieu pour que nous expérimentions la croissance spirituelle, la transformation du monde et des miracles. Joignez l'équipe que Dieu a mis sur pied. Bien entendu il n'y a aucune église parfaite puisqu'elle est composée de personnes imparfaites mais ensemble nous allons plus loin et nous sommes plus forts !

Je vis le bonheur aujourd'hui !

Aujourd'hui, établissez un agenda qui vous aidera à rester spirituellement ferme, affamés et sensibles au Saint Esprit. Après vous être repenti pour toutes les fois où vous l'avez blessé notez ce que vous pourriez approfondir dans votre relation avec Lui. Indiquer également comment vous pourriez passer plus de temps avec Dieu ?

Après avoir noté un désir de changement pour votre vie, votre famille et votre église, définissez une action concrète qui vous fera faire un pas de foi.

Que recherchez-vous dans une église ? Qu'êtes-vous prêts à investir et comment vous pouvez vous investir dans cette puissante communauté que la Bible appelle « le corps de Christ » ?



BIBLIOGRAPHIE

Livres

30 jours de parcours vers une meilleure santé spirituelle (manuel) - Paul & Denise Goulet

30 jours de parcours vers une meilleure santé émotionnelle (manuel) - Paul & Denise Goulet

30 jours de parcours vers une meilleure santé relationnelle (manuel) - Paul & Denise Goulet

Une famille transformée / Les 5 puissances de Dieu / Les clés du Royaume / Les 7 étapes d'une vie chrétienne épanouie - Paul Marc Goulet

Couple & Complice / Les langages de l'amour / Le guide des relations familiales - Gary Chapman

Le meilleur est devant vous - Patrice Martorano

Audio & Vidéos

30 jours de parcours vers une meilleure santé spirituelle (DVD)
Paul & Denise Goulet

30 jours de parcours vers une meilleure santé émotionnelle (DVD)
Paul & Denise Goulet

30 jours de parcours vers une meilleure santé relationnelle (DVD)
Paul & Denise Goulet

40 jours pour réussir sa vie de couple
Eric & Rachel Dufour

20 jours pour réussir sa vie de famille
Jean Claude & Marie Bluis

40 jours pour devenir un meilleur leader
Paul & Denise Goulet