

---

date: 2017-09-10 title: 'Vivre pleinement aujourd'hui : Le temps présent en Dieu' authors: [] tags: [] categories: - Prière - Bienfaisance - Communion fraternelle - Louange palmiers: - Écoute de Dieu - Parole de Dieu - Dieu - Foi - Louange - Temps et saisons - Relation avec Dieu

---

## - Vivre pleinement aujourd'hui

« Ne vous inquiétez donc pas du lendemain; car le lendemain aura soin de lui-même. A chaque jour suffit sa peine. » (Matthieu 6 : 34)

Seigneur, nous te remercions pour ce moment que tu nous accordes aujourd'hui. Aide-nous à laisser derrière nous ce qui nous pèse, à faire confiance à ton plan pour demain, et à accueillir avec joie tes bontés renouvelées chaque matin. Que ton Esprit nous guide et nous remplisse de sagesse, d'intelligence, de conseil, de force, de connaissance et de crainte de toi, pour vivre pleinement ce jour, en toi. Amen.

Brise-glace : Le Ruban du Temps

Matériel : Un long ruban ou une corde.

Instructions : 1. Demandez aux participants de se tenir en cercle, en tenant le ruban. 2. Commencez par une personne et dites un souvenir heureux de votre enfance. Tenez fermement le ruban. 3. La personne suivante dit un défi ou une difficulté qu'elle a rencontrée dans le passé, mais qu'elle a surmonté. Elle tient une partie du ruban, créant une tension. 4. La personne suivante partage une aspiration ou un projet pour l'avenir. Elle ajoute une nouvelle tension au ruban. 5. Continuez ainsi, en alternant souvenirs positifs, défis surmontés et aspirations futures. 6. À la fin, observez la forme du ruban : il représente nos vies, avec des moments tendus (les défis), des moments relâchés (les joies) et des projets qui nous projettent vers l'avant. Expliquez que nous sommes appelés à vivre pleinement aujourd'hui, en tenant compte de tout cela, mais sans nous laisser paralyser par le passé ou l'anxiété de l'avenir.

---

### *Vivre Pleinement Aujourd'hui : Le Temps Présent en Dieu*

« La volonté de Dieu, elle est présente, aujourd'hui. Dieu se révèle comme Moïse : Je suis Celui qui est. « je suis qui je suis », ou « je suis qui je serai », ou « je suis l'être » Dieu veut que nous vivions chaque instant pleinement en lui. Que ce soit un temps facile ou d'épreuve. »

Nous sommes souvent tentés de vivre soit dans le regret du passé, soit dans l'inquiétude de l'avenir. Le passé peut nous rattacher par ses blessures, ses échecs, ou même ses joies révolues. L'avenir peut nous paralyser par ses incertitudes, ses peurs, ou ses attentes démesurées. Pourtant, la Bible nous appelle à vivre dans le présent, dans la dépendance de Dieu qui est "Celui qui est". Sa grâce et ses bontés se renouvellent chaque matin, et c'est dans ce présent, rempli de sa présence, que nous pouvons vivre une vie pleinement vécue et épanouie.

---

Organisation en Groupes :

Nous allons diviser la session en deux grands thèmes, chacun développé par un groupe, puis partagé avec tous.

Groupe 1 : Le Passé Crucifié, l'Avenir Confiance Ce groupe explorera comment se libérer du poids du passé et aborder l'avenir avec foi, en s'appuyant sur les promesses et la fidélité de Dieu.

Groupe 2 : Les Bontés d'Aujourd'hui, le Temple Vivant Ce groupe se concentrera sur la richesse des bénédictions présentes en Dieu, et sur notre appel à être des temples vivants où l'Esprit de Dieu est constamment actif.

---

## Groupe 1 : Le Passé Crucifié, l'Avenir Confiance

### *1. Pardon et Libération*

- Titre : Lâcher le fardeau, embrasser la grâce.
- Verset clé : « Frères, je ne pense pas l'avoir saisi; mais je fais une chose: oubliant ce qui est en arrière et me portant vers ce qui est en avant, » (Philippiens 3 : 13)
- Explication ou objectif : Apprendre à laisser derrière nous nos erreurs, nos regrets et nos blessures passées pour avancer libéré.
- Réflexion : Si tu regardes dans le rétroviseur en conduisant, que risque-t-il de t'arriver ? (On peut percuter quelque chose ou ne pas voir le chemin devant soi). En quoi le sacrifice de Christ sur la croix nous libère-t-il de notre passé ? (Il a porté nos péchés, nos erreurs, et nous offre le pardon).
- Si tu regardes dans le rétroviseur en conduisant, que risque-t-il de t'arriver ? (On peut percuter quelque chose ou ne pas voir le chemin devant soi).
- En quoi le sacrifice de Christ sur la croix nous libère-t-il de notre passé ? (Il a porté nos péchés, nos erreurs, et nous offre le pardon).

- Citation d'un héros de la foi : « Le passé est une leçon, pas une condamnation. » - William Booth
  - Activité créative ou illustration collaborative : Dessiner ou écrire sur des petits papiers les choses du passé dont on veut se libérer, puis les déposer dans une "boîte de libération" symbolique (une boîte décorée, un puits imaginaire...).
  - Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Identifie une situation passée qui te pèse encore. Prie pour demander à Dieu de t'aider à la confier à Lui, en te rappelant qu'Il l'a crucifiée avec Christ.
- 

## 2. La Confiance dans le Présent

- Titre : Au jour le jour, la main de Dieu.
  - Verset clé : « Ne vous inquiétez donc pas du lendemain; car le lendemain aura soin de lui-même. A chaque jour suffit sa peine. » (Matthieu 6 : 34)
  - Explication ou objectif : Développer une confiance inébranlable en la providence divine pour chaque jour qui se lève.
  - Réflexion : Quelle est la différence entre la prévoyance (préparer son avenir de manière sage) et l'inquiétude (l'anxiété paralysante pour le lendemain) ? (La prévoyance est une action sous le regard de Dieu, l'inquiétude est un manque de foi). Comment l'histoire de Joseph en Égypte (les sept années d'abondance et de disette) illustre-t-elle la combinaison de la prévoyance humaine et de la souveraineté divine ? (Joseph a été prévoyant mais c'était Dieu qui dirigeait les événements et lui donnait la sagesse).
  - Quelle est la différence entre la prévoyance (préparer son avenir de manière sage) et l'inquiétude (l'anxiété paralysante pour le lendemain) ? (La prévoyance est une action sous le regard de Dieu, l'inquiétude est un manque de foi).
  - Comment l'histoire de Joseph en Égypte (les sept années d'abondance et de disette) illustre-t-elle la combinaison de la prévoyance humaine et de la souveraineté divine ? (Joseph a été prévoyant mais c'était Dieu qui dirigeait les événements et lui donnait la sagesse).
  - Citation d'un héros de la foi : « La foi, ce n'est pas l'absence de peur, mais la décision que quelque chose d'autre est plus important que la peur. » - William Penn
  - Activité créative ou illustration collaborative : Créer une chaîne de papier, où chaque maillon représente un jour. Sur chaque maillon, écrire une petite action de confiance en Dieu pour ce jour (ex: "Prier avant de commencer", "Chercher la face de Dieu", "Faire une bonne action").
  - Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Chaque matin pendant une semaine, avant de commencer ta journée, identifie une chose pour laquelle tu peux spécifiquement faire confiance à Dieu pour ce jour-là et prie pour cela.
- 

## 3. La Parole qui Nourrit

- Titre : Le pain du jour, la voix de Dieu.
  - Verset clé : « Voici ce que je veux repasser en mon cœur, Ce qui me donnera de l'espérance. Les bontés de l'Éternel ne sont pas épuisées, Ses compassions ne sont pas à leur terme; Elles se renouvellent chaque matin. Oh ! que ta fidélité est grande ! » (Lamentations 3 : 21-23)
  - Explication ou objectif : Reconnaître que la Parole de Dieu et ses bontés sont notre nourriture quotidienne pour l'âme.
  - Réflexion : Pourquoi le psalmiste dit-il qu'il veut repasser ces choses dans son cœur pour trouver l'espérance ? (Les bontés de Dieu sont une source constante de force et d'encouragement). Comment pouvons-nous nous assurer de "prendre notre part" de ces bontés divines chaque jour ? (Par la prière, la lecture de la Bible, la méditation, la communion fraternelle).
  - Pourquoi le psalmiste dit-il qu'il veut repasser ces choses dans son cœur pour trouver l'espérance ? (Les bontés de Dieu sont une source constante de force et d'encouragement).
  - Comment pouvons-nous nous assurer de "prendre notre part" de ces bontés divines chaque jour ? (Par la prière, la lecture de la Bible, la méditation, la communion fraternelle).
  - Citation d'un héros de la foi : « Ne laissez pas le passé empoisonner votre avenir ! » - Charles Spurgeon
  - Activité créative ou illustration collaborative : Créer un vitrail symbolique à l'aide de papier coloré et de carton. Chaque couleur représente une bonté de Dieu (ex: bleu pour la fidélité, jaune pour la joie, vert pour l'espérance) et les éléments sont assemblés pour symboliser le renouvellement quotidien.
  - Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Chaque jour, avant de prendre ton petit-déjeuner, lis un verset biblique et médite sur la bonté de Dieu qu'il révèle pour ce jour précis. Note-le sur un petit carnet.
- 

## 4. La Direction Divine

- Titre : Vers l'avant, guidé par Lui.

- Verset clé : « Ne pensez plus aux événements passés, Et ne considérez plus ce qui est ancien. Voici, je vais faire une chose nouvelle, sur le point d'arriver: Ne la connaissez-vous pas ? Je mettrai un chemin dans le désert, Et des fleuves dans la solitude. » (Ésaïe 43 : 18-19)
- Explication ou objectif : Comprendre que Dieu a des projets nouveaux pour nous et qu'Il nous guide vers l'avenir avec assurance.
- Réflexion : Quand Dieu promet de faire une "chose nouvelle", qu'est-ce que cela implique pour notre perspective ? (Qu'il ne faut pas se limiter à ce qui a été, mais être ouvert à la nouveauté de Dieu). Comment pouvons-nous discerner la direction que Dieu veut pour nous, surtout face à des choix importants ? (Prière, recherche de sa volonté dans sa Parole, conseil de frères et sœurs matures, signes qu'Il place sur notre chemin).
- Quand Dieu promet de faire une "chose nouvelle", qu'est-ce que cela implique pour notre perspective ? (Qu'il ne faut pas se limiter à ce qui a été, mais être ouvert à la nouveauté de Dieu).
- Comment pouvons-nous discerner la direction que Dieu veut pour nous, surtout face à des choix importants ? (Prière, recherche de sa volonté dans sa Parole, conseil de frères et sœurs matures, signes qu'Il place sur notre chemin).
- Citation d'un héros de la foi : « Le plus grand malheur qui puisse arriver à un homme, c'est de commencer une chose et de la laisser inachevée. » - Hudson Taylor
- Activité créative ou illustration collaborative : Dessiner une carte avec un chemin qui part du passé (représenté par des symboles d'ancres ou de vieilles choses) vers un avenir lumineux et plein de promesses, avec des indications divines le long du chemin (symboles de croix, de mains guidant...).
- Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Identifie un domaine de ta vie où tu as l'impression d'être bloqué par le passé. Prie pour demander à Dieu de te montrer la "chose nouvelle" qu'Il veut faire et pour te donner la force de t'y engager.

## 5. L'Espérance en Action

- Titre : S'appuyer sur Lui, avancer dans la joie.
- Verset clé : « L'Éternel est mon partage, dit mon âme; C'est pourquoi je veux espérer en lui. L'Éternel a de la bonté pour qui espère en lui, Pour l'âme qui le cherche. » (Lamentations 3 : 24-25)
- Explication ou objectif : Vivre avec une espérance solide fondée sur le caractère immuable de Dieu, qui nous motive à continuer d'avancer.
- Réflexion : Qu'est-ce qui rend l'espérance chrétienne différente de l'optimisme ou de l'espoir humain ? (Elle est fondée sur les promesses de Dieu, non sur les circonstances). Comment notre espérance en Dieu peut-elle influencer notre manière de gérer les difficultés actuelles ? (Elle nous donne une perspective éternelle et la force de persévérer).
- Qu'est-ce qui rend l'espérance chrétienne différente de l'optimisme ou de l'espoir humain ? (Elle est fondée sur les promesses de Dieu, non sur les circonstances).
- Comment notre espérance en Dieu peut-elle influencer notre manière de gérer les difficultés actuelles ? (Elle nous donne une perspective éternelle et la force de persévérer).
- Citation d'un héros de la foi : « L'espérance n'est pas un sentiment ; c'est une décision. » - Corrie ten Boom
- Activité créative ou illustration collaborative : Créer un "arbre à espoir". Chaque participant dessine une feuille et y écrit une raison pour laquelle il espère en Dieu. Ces feuilles sont ensuite collées sur un dessin d'arbre.
- Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Partage avec une personne de confiance une chose pour laquelle tu espères en Dieu, et encourage-la dans son espérance.

## Groupe 2 : Les Bontés d'Aujourd'hui, le Temple Vivant

### 1. Le Festin Quotidien

- Titre : Rassasié de Sa Bonté, chaque matin.
- Verset clé : « Rassasie-nous chaque matin de ta bonté, Et nous serons toute notre vie dans la joie et l'allégresse. » (Psaume 90 : 14)
- Explication ou objectif : Découvrir la joie profonde qui découle de la reconnaissance et de la contemplation des bontés quotidiennes de Dieu.
- Réflexion : Qu'est-ce qui, selon toi, empêche souvent les gens de ressentir la joie et l'allégresse promises dans ce verset ? (La focalisation sur les problèmes, le manque de gratitude, l'oubli de la présence de Dieu). Comment la manne dans le désert, que Dieu donnait chaque jour, peut-elle symboliser la nourriture spirituelle dont nous avons besoin aujourd'hui ? (Elle devait être ramassée chaque jour, et ne pouvait pas être stockée, symbolisant notre besoin de recevoir la grâce de Dieu chaque jour).
- Qu'est-ce qui, selon toi, empêche souvent les gens de ressentir la joie et l'allégresse promises dans ce verset ? (La focalisation sur les problèmes, le manque de gratitude, l'oubli de la présence de Dieu).

- Comment la manne dans le désert, que Dieu donnait chaque jour, peut-elle symboliser la nourriture spirituelle dont nous avons besoin aujourd'hui ? (Elle devait être ramassée chaque jour, et ne pouvait pas être stockée, symbolisant notre besoin de recevoir la grâce de Dieu chaque jour).
  - Citation d'un héros de la foi : « La gratitude est la mémoire du cœur. » - Jean Baptiste Massieu
  - Activité créative ou illustration collaborative : Préparer une "boîte de gratitude" où chacun écrit chaque jour une chose pour laquelle il est reconnaissant envers Dieu. Pendant le temps de partage, les participants peuvent piocher une gratitude et la partager.
  - Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Chaque matin, pendant une semaine, identifie une "bonté" particulière de Dieu pour ce jour et exprime-lui ta gratitude à voix haute ou par écrit.
- 

## 2. Le Sanctuaire Intérieur

- Titre : Notre cœur, le temple vivant.
  - Verset clé : « 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)
  - Explication ou objectif : Comprendre que nous sommes le lieu où le Saint-Esprit habite, et l'importance de le laisser régner en nous.
  - Réflexion : Si notre corps est le temple du Saint-Esprit, comment cela devrait-il influencer nos actions, nos paroles et nos pensées ? (Nous devrions chercher à plaire à Dieu dans tout ce que nous faisons). Quel est le rôle du Saint-Esprit en nous, selon Esaïe 11:2 (Esprit de sagesse, d'intelligence, de conseil, de force, de connaissance, de crainte de l'Éternel) ? (Il nous équipe, nous guide et nous donne la capacité de vivre une vie chrétienne authentique).
  - Si notre corps est le temple du Saint-Esprit, comment cela devrait-il influencer nos actions, nos paroles et nos pensées ? (Nous devrions chercher à plaire à Dieu dans tout ce que nous faisons).
  - Quel est le rôle du Saint-Esprit en nous, selon Esaïe 11:2 (Esprit de sagesse, d'intelligence, de conseil, de force, de connaissance, de crainte de l'Éternel) ? (Il nous équipe, nous guide et nous donne la capacité de vivre une vie chrétienne authentique).
  - Citation d'un héros de la foi : « Le Saint-Esprit est le plus grand don que Dieu nous ait fait, et il est le don le plus négligé. » - D.L. Moody
  - Activité créative ou illustration collaborative : Créer un "plan du temple". Dessiner une silhouette humaine, et à l'intérieur, symboliser les différentes "pièces" du temple (cœur, esprit, bouche, mains...) où le Saint-Esprit peut agir, en y ajoutant des symboles (flamme, colombe, lumière...).
  - Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Prends un moment chaque jour pour te connecter à la présence du Saint-Esprit en toi. Demande-lui de te guider et de te donner la sagesse pour agir selon Sa volonté.
- 

## 3. Le Service Sacrificiel

- Titre : Les flammes de l'Esprit, toujours allumées.
  - Verset clé : « L'Esprit de l'Éternel reposera sur lui: Esprit de sagesse et d'intelligence, Esprit de conseil et de force, Esprit de connaissance et de crainte de l'Éternel. » (Ésaïe 11 : 2)
  - Explication ou objectif : Reconnaître que, comme les sacrificateurs devaient entretenir le chandelier, nous devons entretenir en nous la présence et l'action de l'Esprit de Dieu.
  - Réflexion : Dans l'image du chandelier, qu'est-ce que la flamme qui doit toujours rester allumée symbolise ? (La présence constante de l'Esprit, notre consécration, notre témoignage). Comment la "crainte de l'Éternel" contribue-t-elle à garder les "flammes" allumées ? (Elle nous rappelle la sainteté de Dieu et nous pousse à un comportement digne de Son nom).
  - Dans l'image du chandelier, qu'est-ce que la flamme qui doit toujours rester allumée symbolise ? (La présence constante de l'Esprit, notre consécration, notre témoignage).
  - Comment la "crainte de l'Éternel" contribue-t-elle à garder les "flammes" allumées ? (Elle nous rappelle la sainteté de Dieu et nous pousse à un comportement digne de Son nom).
  - Citation d'un héros de la foi : « Le Saint-Esprit n'est pas un serviteur, mais le Maître de la maison. » - Evan Roberts
  - Activité créative ou illustration collaborative : Créer une lanterne symbolique ou un photophore avec du papier, en y dessinant des flammes. Chaque flamme peut représenter un des dons de l'Esprit mentionnés dans Esaïe 11:2, et symboliser notre engagement à ce qu'ils restent actifs en nous.
  - Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Identifie un des dons de l'Esprit mentionnés dans Esaïe 11:2 qui te semble particulièrement nécessaire aujourd'hui. Prie pour demander à l'Esprit de Dieu de l'activer pleinement en toi pour ce jour.
- 

## 4. Le Parfum de Sa Présence

- Titre : L'offrande agréable, chaque instant.

- Verset clé : « Que ma prière soit dirigée devant ta face, Comme un encens; Et la levée de mes mains, Comme l'offrande du soir. » (Psaume 141 : 2)
- Explication ou objectif : Comprendre que nos vies, dans leur quotidien, peuvent être une offrande agréable à Dieu, comme le parfum du tabernacle.
- Réflexion : Dans l'ancien tabernacle, le parfum de l'encens brûlait matin et soir. Qu'est-ce que cela symbolise pour notre vie chrétienne aujourd'hui ? (Notre adoration constante, nos prières, notre consécration quotidienne). Comment nos actions, même les plus ordinaires, peuvent-elles devenir une odeur agréable à Dieu ? (Quand elles sont accomplies par amour pour Lui, avec un cœur pur et dans la dépendance de Son Esprit).
- Dans l'ancien tabernacle, le parfum de l'encens brûlait matin et soir. Qu'est-ce que cela symbolise pour notre vie chrétienne aujourd'hui ? (Notre adoration constante, nos prières, notre consécration quotidienne).
- Comment nos actions, même les plus ordinaires, peuvent-elles devenir une odeur agréable à Dieu ? (Quand elles sont accomplies par amour pour Lui, avec un cœur pur et dans la dépendance de Son Esprit).
- Citation d'un héros de la foi : « Notre vie entière devrait être un sacrifice vivant, une louange continue. » - John Wesley
- Activité créative ou illustration collaborative : Préparer des petits sachets parfumés remplis d'herbes aromatiques (lavande, romarin, cannelle...). Chaque participant décore son sachet et peut y ajouter un petit mot ou un verset symbolisant le parfum de Christ.
- Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Choisis une action que tu fais habituellement chaque jour (ex: préparer ton repas, aller au travail, parler à un voisin) et prie pour la consacrer à Dieu, demandant qu'elle soit une offrande agréable pour Lui.

---

## 5. La Parole qui Transforme

- Titre : Entendre aujourd'hui, ne pas endurcir le cœur.
- Verset clé : « C'est pourquoi, selon ce que dit le Saint-Esprit : Aujourd'hui, si vous entendez sa voix, N'endurcissez pas vos cœurs, » (Hébreux 3 : 7-8)
- Explication ou objectif : Mettre un accent particulier sur l'urgence d'écouter et d'obéir à la voix de Dieu maintenant, sans remettre à plus tard.
- Réflexion : Qu'est-ce que le "cœur endurci" et quelles en sont les conséquences selon le contexte biblique ? (Un cœur qui refuse d'écouter ou d'obéir à Dieu, menant à la désobéissance et à l'éloignement). Comment pouvons-nous cultiver un cœur sensible à la voix de Dieu aujourd'hui ? (Par la prière régulière, l'écoute attentive de Sa Parole, la méditation, l'obéissance aux petites choses qu'Il nous demande).
- Qu'est-ce que le "cœur endurci" et quelles en sont les conséquences selon le contexte biblique ? (Un cœur qui refuse d'écouter ou d'obéir à Dieu, menant à la désobéissance et à l'éloignement).
- Comment pouvons-nous cultiver un cœur sensible à la voix de Dieu aujourd'hui ? (Par la prière régulière, l'écoute attentive de Sa Parole, la méditation, l'obéissance aux petites choses qu'Il nous demande).
- Citation d'un héros de la foi : « Chaque jour est un don de Dieu. Chaque jour est une opportunité de le servir. » - Billy Graham
- Activité créative ou illustration collaborative : Créer une "oreille" géante avec du carton. Les participants écrivent sur de petits post-it des "paroles" que Dieu nous dit (ex: "Aime ton prochain", "Pardonne", "Sois reconnaissant", "Parle-moi") et les collent sur l'oreille pour montrer qu'ils sont attentifs.
- Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Identifie une direction ou un encouragement que le Saint-Esprit t'a donné récemment. Prends une décision consciente d'y obéir aujourd'hui.

---

## Conclusion commune

Nous avons exploré aujourd'hui comment vivre pleinement le moment présent, en nous appuyant sur la grâce de Dieu. Nous avons vu qu'il est essentiel de laisser derrière nous les fardeaux du passé, de faire confiance à Dieu pour l'avenir, et surtout, de nous ouvrir aux bontés renouvelées de Dieu chaque jour. En réalisant que notre corps est le temple du Saint-Esprit, nous sommes appelés à vivre une vie de consécration continue, où notre prière et nos actions sont une offrande agréable à Dieu.

Que le Seigneur nous aide à ne pas endurcir nos cœurs, mais à être attentifs à Sa voix aujourd'hui, afin de vivre pleinement la vie qu'Il a préparée pour nous.

Prière finale : Seigneur, merci pour ce temps de partage et de réflexion. Aide-nous à ne plus vivre prisonniers du passé ni anxieux pour demain, mais à embrasser chaque jour comme un don précieux de Ta part. Que Ton Esprit nous garde attentifs à Ta voix, que nous soyons remplis de Ta bonté chaque matin, et que notre vie entière soit un témoignage vivant de Ta grâce et de Ta présence. Accorde-nous la sagesse et la force de vivre pleinement aujourd'hui, en Te glorifiant. Amen.