

---

context: " date: 2025-11-16 description: 'Restaurateur de brèches : Repérer et réparer les fissures de notre cœur - Garde ton cœur plus que toute autre chose, car de lui viennent les sources de la vie' tags: [] title: Restaurateur de brèches categories: - Communion fraternelle - Bienfaisance - Repas & Sainte Cène - Prière palmiers: - Bible - Paix - Caractère de Dieu - Croissance spirituelle - Église - Jésus-Christ - Vie émotionnelle

---

## Restaurateur de brèches : Repérer et réparer les fissures de notre cœur

Bienvenue à tous pour notre étude biblique d'aujourd'hui, où nous allons explorer un thème essentiel pour notre vie spirituelle et émotionnelle.

« Garde ton cœur plus que toute autre chose, car de lui viennent les sources de la vie. » — Proverbes 4:23

Prière d'ouverture : Seigneur, nous te remercions pour ta Parole qui éclaire nos vies. Ouvre nos yeux pour reconnaître ce qui fragilise nos cœurs et rends-nous capables de réparer, avec ton aide, ce qui doit l'être. Aide-nous à être attentifs à ta voix et à devenir des restaurateurs de brèches. Amen.

---

Brise-Glace : La Chaîne des Fissures

Pour commencer, j'aimerais que chacun d'entre vous prenne un instant pour penser à un objet ou une structure physique que vous avez déjà vu avec une fissure ou une craquelure.

- À tour de rôle, partagez ce que c'était (un mur, une tasse, une route, un écran de téléphone, etc.).
- Puis, racontez brièvement : qu'est-ce qui s'est passé si cette fissure n'a pas été réparée ? (Elle s'est agrandie ? L'objet s'est cassé ? L'eau s'est infiltrée ?).

(Laissez quelques minutes pour les partages, en encourageant chacun, y compris les enfants, à participer.)

---

Présentation du Thème : Restaurateur de Brèches

Aujourd'hui, nous allons aborder un thème un peu spécial, inspiré par une expérience personnelle. Récemment, alors que je priais pour savoir quel thème apporter, j'ai été interpellé trois fois dans la même journée par l'image de la fissure. J'ai vu différentes fissures dans différents contextes et réfléchi à différentes manières de les résoudre.

- Une fissure sur le mur extérieur dans le jardin de mon oncle : causant une infiltration d'eau à côté d'une fontaine.
- Une autre sur un mur extérieur de la maison : pas trop grave chez mon oncle, mais chez mon grand frère, elle était due au gel et au dégel, et potentiellement plus sérieuse.
- Et une autre, un mur non porteur à l'intérieur de chez moi, où la fissure s'est élargie, menaçant de faire tomber le mur. J'ai dû le sécuriser en prenant en compte les conséquences si je le faisais tomber (évacuation d'eau, électricité fixée dessus).

Ces situations m'ont fait réfléchir : dans la vie, est-ce que ça peut nous arriver aussi d'être "fissuré" ? Selon l'endroit et ce que cela touche en toi, il y a différents remèdes. Des fois, la pommade ou le Doliprane ne suffiront pas.

Dans la Bible, Dieu nous parle de fissures spirituelles — ces petites ouvertures qui peuvent devenir de grands problèmes si on ne les traite pas.

Une fissure : un accès au malin Éphésiens 4:27 nous avertit : « Ne donnez pas accès au diable. » Le mot grec "topos" signifie "un lieu, un espace, une ouverture". Parfois, ce n'est pas une grande chute, mais une petite ouverture qui peut faire de grands dégâts : \* une colère non réglée \* une petite jalousie \* une mauvaise habitude qu'on laisse entrer \* un manque de pardon \* une distraction qui éloigne doucement de Dieu

Dieu cherche des "réparateurs de brèches" Ésaïe 58:12 nous donne cette promesse et cet appel : « On t'appellera réparateur de brèches. » Non seulement Dieu veut fermer nos fissures, mais il nous appelle à aider les autres : \* Prier pour eux \* Les encourager \* Les protéger \* Réparer au lieu de critiquer

Jésus vient restaurer notre cœur fissuré Quand quelque chose se brise dans notre vie, Jésus ne nous abandonne pas. Il restaure, répare, rebâtit, renouvelle. Psaume 147:3 nous dit : « Il guérit ceux qui ont le cœur brisé. »

---

Travail en Groupes

Nous allons maintenant nous diviser en deux groupes pour explorer différentes facettes de ce thème. Chaque groupe recevra 5 fiches pour guider votre discussion et vos activités.

Groupe 1 : Repérer et Comprendre les Fissures Intérieures Ce groupe se concentrera sur l'identification et la compréhension des vulnérabilités et des problèmes courants qui peuvent créer des fissures dans notre cœur.

Groupe 2 : Agir, Guérir et Restaurer avec Jésus Ce groupe explorera les moyens par lesquels nous pouvons réparer ces fissures, faire confiance à la puissance de guérison de Jésus et même aider les autres à guérir.

---

## **Groupe 1 : Repérer et Comprendre les Fissures Intérieures**

---

### **Fiche 1 — La petite fissure qu'on ne voit presque pas**

- Verset clé : « Garde ton cœur plus que toute autre chose, car de lui viennent les sources de la vie. » — Proverbes 4:23
- Explication ou objectif : Tu ne remarques pas toujours une fissure quand elle apparaît. Elle est petite, discrète... mais elle grandit. Dans ton cœur aussi, il y a parfois de petites choses que tu ignores : un agacement, une peur, une blessure. Quelque chose qui fait perdre l'eau de la vie ?
- Réflexion : Quelle petite fissure pourrais-tu avoir négligée ces derniers jours ? Réponse suggérée : Un agacement répétitif, une critique facile, une pensée négative récurrente. Comment une petite fissure peut-elle devenir un grand problème si elle n'est pas traitée ? Réponse suggérée : Elle peut s'élargir, affaiblir la structure, laisser entrer d'autres problèmes (comme l'eau dans un mur), et finir par causer un effondrement ou une grande douleur si on la laisse grandir dans notre cœur.
- Quelle petite fissure pourrais-tu avoir négligée ces derniers jours ? Réponse suggérée : Un agacement répétitif, une critique facile, une pensée négative récurrente.
- Réponse suggérée : Un agacement répétitif, une critique facile, une pensée négative récurrente.
- Comment une petite fissure peut-elle devenir un grand problème si elle n'est pas traitée ? Réponse suggérée : Elle peut s'élargir, affaiblir la structure, laisser entrer d'autres problèmes (comme l'eau dans un mur), et finir par causer un effondrement ou une grande douleur si on la laisse grandir dans notre cœur.
- Réponse suggérée : Elle peut s'élargir, affaiblir la structure, laisser entrer d'autres problèmes (comme l'eau dans un mur), et finir par causer un effondrement ou une grande douleur si on la laisse grandir dans notre cœur.
- Citation d'un héros de la foi : C.S. Lewis : « Les petites choses sont petites, mais la fidélité dans les petites choses est une grande chose. »
- Activité créative ou illustration collaborative : Dessinez un cœur sur une feuille. Ajoutez une petite fissure. Notez à l'intérieur de la fissure quelque chose que vous devez surveiller dans votre cœur (une mauvaise pensée, une petite habitude, une inquiétude).
- Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Cette semaine, prenez du temps pour "inspecter la fissure" devant Dieu dans la prière.

---

### **Fiche 2 — La fissure créée par la colère**

- Verset clé : « Que le soleil ne se couche pas sur votre colère. » — Éphésiens 4:26
- Explication ou objectif : La colère non réglée est comme une fissure qui s'élargit toute seule. Plus tu attends, plus elle ronge ton cœur.
- Réflexion : Y a-t-il une colère que tu n'as pas encore apaisée ? Réponse suggérée : Une dispute non résolue avec un membre de la famille, une injustice ressentie au travail ou à l'école, une irritation persistante contre quelqu'un. Pourquoi est-il important de ne pas laisser le soleil se coucher sur notre colère ? Réponse suggérée : Car la colère non réglée peut s'enraciner, se transformer en amertume ou en ressentiment, et donner prise au diable, affectant nos relations et notre paix intérieure.
- Y a-t-il une colère que tu n'as pas encore apaisée ? Réponse suggérée : Une dispute non résolue avec un membre de la famille, une injustice ressentie au travail ou à l'école, une irritation persistante contre quelqu'un.
- Réponse suggérée : Une dispute non résolue avec un membre de la famille, une injustice ressentie au travail ou à l'école, une irritation persistante contre quelqu'un.
- Pourquoi est-il important de ne pas laisser le soleil se coucher sur notre colère ? Réponse suggérée : Car la colère non réglée peut s'enraciner, se transformer en amertume ou en ressentiment, et donner prise au diable, affectant nos relations et notre paix intérieure.
- Réponse suggérée : Car la colère non réglée peut s'enraciner, se transformer en amertume ou en ressentiment, et donner prise au diable, affectant nos relations et notre paix intérieure.
- Citation d'un héros de la foi : Billy Graham : « L'amertume blesse plus celui qui la garde que celui contre qui elle se tourne. »
- Activité créative ou illustration collaborative : Écrivez sur un papier ce qui vous met en colère. Froissez-le. Défroissez-le. Observez les traces... comme sur un cœur après une colère non gérée.
- Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Avant ce soir, parlez à Dieu d'une colère précise et demandez-lui de vous aider à la remettre entre ses mains.

---

### **Fiche 3 — La fissure ouverte par la jalousie**

- Verset clé : « Là où il y a jalousie et esprit de rivalité, il y a du désordre. » — Jacques 3:16
- Explication ou objectif : La jalousie est une fissure silencieuse. Elle te vole ta paix, et elle t'empêche de célébrer la joie des autres.
- Réflexion : Y a-t-il des domaines en désordre dus à la jalousie dans ta vie ? Réponse suggérée : La comparaison avec les succès des autres, la difficulté à se réjouir sincèrement pour les réussites d'un ami, le sentiment d'insatisfaction par rapport à sa propre vie en regardant celle des autres. Comment la jalousie nous empêche-t-elle de célébrer la joie des autres et de trouver la nôtre ? Réponse suggérée : Elle nous rend envieux, nous pousse à la comparaison destructrice, et nous empêche de voir les bénédictions que Dieu nous a données personnellement, créant un ressentiment qui bloque la gratitude et la joie.
- Y a-t-il des domaines en désordre dus à la jalousie dans ta vie ? Réponse suggérée : La comparaison avec les succès des autres, la difficulté à se réjouir sincèrement pour les réussites d'un ami, le sentiment d'insatisfaction par rapport à sa propre vie en regardant celle des autres.
- Réponse suggérée : La comparaison avec les succès des autres, la difficulté à se réjouir sincèrement pour les réussites d'un ami, le sentiment d'insatisfaction par rapport à sa propre vie en regardant celle des autres.
- Comment la jalousie nous empêche-t-elle de célébrer la joie des autres et de trouver la nôtre ? Réponse suggérée : Elle nous rend envieux, nous pousse à la comparaison destructrice, et nous empêche de voir les bénédictions que Dieu nous a données personnellement, créant un ressentiment qui bloque la gratitude et la joie.
- Réponse suggérée : Elle nous rend envieux, nous pousse à la comparaison destructrice, et nous empêche de voir les bénédictions que Dieu nous a données personnellement, créant un ressentiment qui bloque la gratitude et la joie.
- Citation d'un héros de la foi : Corrie Ten Boom : « Dieu t'a fait unique, arrête de te comparer. »
- Activité créative ou illustration collaborative : Sur une feuille, écrivez 3 qualités d'une personne que vous enviez. Puis remerciez Dieu pour ces qualités.
- Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Encouragez cette personne d'une manière simple cette semaine.

---

### **Fiche 4 — La fissure du non-pardon**

- Verset clé : « Pardonne-nous nos offenses, comme nous aussi nous pardonnons à ceux qui nous ont offensés. » — Matthieu 6:12
- Explication ou objectif : Ne pas pardonner, c'est garder volontairement une fissure ouverte. Tu crois te protéger, mais c'est toi que ça abîme.
- Réflexion : À qui dois-tu pardonner... au moins dans ton cœur ? Réponse suggérée : À un ami qui t'a déçu, à un membre de la famille qui t'a blessé, ou même à toi-même pour une erreur passée. En quoi le non-pardon est-il une prison pour celui qui le garde ? Réponse suggérée : Il nous lie à la douleur passée, nous empêche d'avancer, et peut se transformer en amertume qui empoisonne toutes nos relations et notre cœur, nous privant de la paix que Dieu offre.
- À qui dois-tu pardonner... au moins dans ton cœur ? Réponse suggérée : À un ami qui t'a déçu, à un membre de la famille qui t'a blessé, ou même à toi-même pour une erreur passée.
- Réponse suggérée : À un ami qui t'a déçu, à un membre de la famille qui t'a blessé, ou même à toi-même pour une erreur passée.
- En quoi le non-pardon est-il une prison pour celui qui le garde ? Réponse suggérée : Il nous lie à la douleur passée, nous empêche d'avancer, et peut se transformer en amertume qui empoisonne toutes nos relations et notre cœur, nous privant de la paix que Dieu offre.
- Réponse suggérée : Il nous lie à la douleur passée, nous empêche d'avancer, et peut se transformer en amertume qui empoisonne toutes nos relations et notre cœur, nous privant de la paix que Dieu offre.
- Citation d'un héros de la foi : David Wilkerson : « Le pardon n'excuse pas ce qui s'est passé, mais il libère ton cœur. »
- Activité créative ou illustration collaborative : Écrivez le prénom d'une personne ou le type de personne difficile à pardonner. Dessinez un cadenas autour... puis tracez une clé qui peut ouvrir ce cadenas.
- Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Priez pour cette personne durant la semaine à venir.

---

### **Fiche 5 — La fissure des mauvaises habitudes**

- Verset clé : « Ne donnez pas accès au diable. » — Éphésiens 4:27
- Explication ou objectif : Une petite habitude peut devenir une grande chaîne : perte de temps, addiction légère, distraction, compromis.

- Réflexion : Quelle habitude ouvre une petite porte au mal dans ta vie ? Réponse suggérée : Le temps excessif passé sur les écrans, la procrastination, des commérages occasionnels, une tendance à l'isolement, ou une forme de paresse spirituelle. Comment une "petite" mauvaise habitude peut-elle devenir une "grande" fissure difficile à réparer ? Réponse suggérée : Elle s'installe discrètement, se renforce avec le temps, devient un automatisme difficile à briser, et peut finir par prendre le contrôle, nous éloignant de nos objectifs et de Dieu.
- Quelle habitude ouvre une petite porte au mal dans ta vie ? Réponse suggérée : Le temps excessif passé sur les écrans, la procrastination, des commérages occasionnels, une tendance à l'isolement, ou une forme de paresse spirituelle.
- Réponse suggérée : Le temps excessif passé sur les écrans, la procrastination, des commérages occasionnels, une tendance à l'isolement, ou une forme de paresse spirituelle.
- Comment une "petite" mauvaise habitude peut-elle devenir une "grande" fissure difficile à réparer ? Réponse suggérée : Elle s'installe discrètement, se renforce avec le temps, devient un automatisme difficile à briser, et peut finir par prendre le contrôle, nous éloignant de nos objectifs et de Dieu.
- Réponse suggérée : Elle s'installe discrètement, se renforce avec le temps, devient un automatisme difficile à briser, et peut finir par prendre le contrôle, nous éloignant de nos objectifs et de Dieu.
- Citation d'un héros de la foi : John Wesley : « Ce que tu tolères aujourd'hui te dominera demain. »
- Activité créative ou illustration collaborative : Faites deux colonnes sur une feuille : Ce qui affaiblit mon cœur (une mauvaise habitude) Ce qui fortifie mon cœur (une bonne habitude à adopter)
- Ce qui affaiblit mon cœur (une mauvaise habitude)
- Ce qui fortifie mon cœur (une bonne habitude à adopter)
- Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Remplacez une mauvaise habitude par quelque chose qui nourrit votre âme pendant N jours (par exemple, 7 jours).

## **Groupe 2 : Agir, Guérir et Restaurer avec Jésus**

### **Fiche 6 — Les fissures dues aux blessures anciennes**

- Verset clé : « Il guérit ceux qui ont le cœur brisé, et il panse leurs blessures. » — Psaume 147:3
- Explication ou objectif : Certaines fissures viennent de loin. Elles ne partent pas avec un "ça va passer". Jésus doit y toucher.
- Réflexion : Y a-t-il une blessure ancienne qui influence encore ta vie ? Réponse suggérée : Un traumatisme d'enfance, des mots blessants reçus il y a longtemps, une déception majeure qui a laissé des cicatrices émotionnelles. Pourquoi est-il important de confier ces blessures à Jésus plutôt que de les ignorer ? Réponse suggérée : Car Lui seul a le pouvoir de guérir profondément les cœurs brisés. Ignorer ces blessures ne fait que les laisser pourrir, alors que Jésus peut apporter une vraie restauration et libérer de leur influence passée.
- Y a-t-il une blessure ancienne qui influence encore ta vie ? Réponse suggérée : Un traumatisme d'enfance, des mots blessants reçus il y a longtemps, une déception majeure qui a laissé des cicatrices émotionnelles.
- Réponse suggérée : Un traumatisme d'enfance, des mots blessants reçus il y a longtemps, une déception majeure qui a laissé des cicatrices émotionnelles.
- Pourquoi est-il important de confier ces blessures à Jésus plutôt que de les ignorer ? Réponse suggérée : Car Lui seul a le pouvoir de guérir profondément les cœurs brisés. Ignorer ces blessures ne fait que les laisser pourrir, alors que Jésus peut apporter une vraie restauration et libérer de leur influence passée.
- Réponse suggérée : Car Lui seul a le pouvoir de guérir profondément les cœurs brisés. Ignorer ces blessures ne fait que les laisser pourrir, alors que Jésus peut apporter une vraie restauration et libérer de leur influence passée.
- Citation d'un héros de la foi : Amy Carmichael : « Ce que Dieu touche, Il le transforme. »
- Activité créative ou illustration collaborative : Dessinez un cœur avec une fissure. Dessinez un pansement sur la fissure. Écrivez dedans : "Jésus guérit".
- Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Osez parler à quelqu'un en qui vous avez confiance cette semaine d'une blessure que vous cachez.

### **Fiche 7 — Réparer une fissure chez un autre**

- Verset clé : « On t'appellera réparateur de brèches, celui qui restaure les chemins pour que le pays soit habité. » — Ésaïe 58:12
- Explication ou objectif : Dieu te demande aussi d'aider les autres. Pas de critiquer, mais de protéger, d'encourager et de soutenir.
- Réflexion : Qui autour de toi semble fissuré en ce moment ? Réponse suggérée : Un ami qui traverse une épreuve, un membre de la famille en difficulté, un voisin isolé, ou même quelqu'un de ta communauté qui semble avoir des fardeaux. Comment pouvons-nous être des "réparateurs de brèches" pour les autres sans les juger ? Réponse suggérée : En offrant une écoute attentive, un soutien

inconditionnel, des prières sincères, des encouragements concrets, et en montrant de la compassion plutôt que de la critique, comme Jésus le ferait.

- Qui autour de toi semble fissuré en ce moment ? Réponse suggérée : Un ami qui traverse une épreuve, un membre de la famille en difficulté, un voisin isolé, ou même quelqu'un de ta communauté qui semble avoir des fardeaux.
- Réponse suggérée : Un ami qui traverse une épreuve, un membre de la famille en difficulté, un voisin isolé, ou même quelqu'un de ta communauté qui semble avoir des fardeaux.
- Comment pouvons-nous être des "réparateurs de brèches" pour les autres sans les juger ? Réponse suggérée : En offrant une écoute attentive, un soutien inconditionnel, des prières sincères, des encouragements concrets, et en montrant de la compassion plutôt que de la critique, comme Jésus le ferait.
- Réponse suggérée : En offrant une écoute attentive, un soutien inconditionnel, des prières sincères, des encouragements concrets, et en montrant de la compassion plutôt que de la critique, comme Jésus le ferait.
- Citation d'un héros de la foi : Georges Müller : « Par la prière, tu peux être un mur autour de ceux que tu aimes. »
- Activité créative ou illustration collaborative : Dessinez un mini mur avec quelqu'un derrière. Ajoutez un bouclier symbolique devant cette personne, représentant votre prière et votre soutien pour elle.
- Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Envoyez un message d'encouragement concret à une personne fragile cette semaine.

---

### **Fiche 8 — Laisser Jésus restaurer profondément**

- Verset clé : « Voici, je fais toutes choses nouvelles. » — Apocalypse 21:5
- Explication ou objectif : Réparer une fissure soi-même est utile... mais Jésus est le vrai Restaurateur. Il refait ce qui est cassé et transforme ce qui est ancien.
- Réflexion : Qu'aimerais-tu que Jésus restaure en toi aujourd'hui ? Réponse suggérée : Une paix perdue, une foi ébranlée, une espérance diminuée, une joie oubliée, ou un aspect de ton caractère que tu sais défaillant. Comment pouvons-nous activement inviter Jésus à être le Restaurateur de nos vies ? Réponse suggérée : En passant du temps dans sa Parole, en priant avec sincérité, en confessant nos faiblesses, et en lui faisant confiance pour qu'Il œuvre puissamment, même dans les domaines les plus difficiles.
- Qu'aimerais-tu que Jésus restaure en toi aujourd'hui ? Réponse suggérée : Une paix perdue, une foi ébranlée, une espérance diminuée, une joie oubliée, ou un aspect de ton caractère que tu sais défaillant.
- Réponse suggérée : Une paix perdue, une foi ébranlée, une espérance diminuée, une joie oubliée, ou un aspect de ton caractère que tu sais défaillant.
- Comment pouvons-nous activement inviter Jésus à être le Restaurateur de nos vies ? Réponse suggérée : En passant du temps dans sa Parole, en priant avec sincérité, en confessant nos faiblesses, et en lui faisant confiance pour qu'Il œuvre puissamment, même dans les domaines les plus difficiles.
- Réponse suggérée : En passant du temps dans sa Parole, en priant avec sincérité, en confessant nos faiblesses, et en lui faisant confiance pour qu'Il œuvre puissamment, même dans les domaines les plus difficiles.
- Citation d'un héros de la foi : Smith Wigglesworth : « Dieu est plus grand que la plus profonde de tes fissures. »
- Activité créative ou illustration collaborative : Écrivez sur un papier : "Seigneur, voici ma fissure :..." (nommez ce que vous aimeriez que Jésus restaure) et gardez-le dans votre Bible ou votre carnet de prière.
- Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Chaque matin de cette semaine, répétez : "Seigneur, restaure-moi."

---

### **Fiche 9 — Quand la fissure touche un mur porteur**

- Verset clé : « Le Seigneur est ma force et mon appui. » — Psaume 18:2
- Explication ou objectif : Certaines fissures sont critiques : relations essentielles, ta foi, ton identité. Si tu laisses cette fissure toucher ce qui porte ta vie, tout vacille.
- Réflexion : Quel "mur porteur" de ta vie est fragilisé en ce moment ? Réponse suggérée : Une relation familiale fondamentale, ta relation avec Dieu, ton estime de soi, ta santé, ou un aspect essentiel de ton identité et de tes valeurs. Pourquoi est-il crucial de s'appuyer sur Dieu lorsque nos fondations semblent s'effondrer ? Réponse suggérée : Parce que Dieu est notre seule véritable fondation inébranlable. Quand tout le reste vacille, Lui seul est notre force et notre appui, capable de maintenir et de reconstruire ce qui est essentiel.
- Quel "mur porteur" de ta vie est fragilisé en ce moment ? Réponse suggérée : Une relation familiale fondamentale, ta relation avec Dieu, ton estime de soi, ta santé, ou un aspect essentiel de ton identité et de tes valeurs.
- Réponse suggérée : Une relation familiale fondamentale, ta relation avec Dieu, ton estime de soi, ta santé, ou un aspect essentiel de ton identité et de tes valeurs.

- Pourquoi est-il crucial de s'appuyer sur Dieu lorsque nos fondations semblent s'effondrer ? Réponse suggérée : Parce que Dieu est notre seule véritable fondation inébranlable. Quand tout le reste vacille, Lui seul est notre force et notre appui, capable de maintenir et de reconstruire ce qui est essentiel.
- Réponse suggérée : Parce que Dieu est notre seule véritable fondation inébranlable. Quand tout le reste vacille, Lui seul est notre force et notre appui, capable de maintenir et de reconstruire ce qui est essentiel.
- Citation d'un héros de la foi : Hudson Taylor : « Lorsque ton soutien faiblit, c'est que tu t'appuies sur autre chose que Dieu. »
- Activité créative ou illustration collaborative : Faites un petit schéma : fondation – mur – fissure. Identifiez dans ce schéma là où vous vous sentez fragile dans un "mur porteur" de votre vie.
- Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Confiez à un frère ou une sœur de confiance votre "mur porteur" pour qu'il prie avec vous ou pour vous cette semaine.

---

### **Fiche 10 — Remplacer les fissures par la paix**

- Verset clé : « La paix de Dieu, qui surpasse toute intelligence, gardera vos cœurs et vos pensées en Jésus-Christ. » — Philippiens 4:7
- Explication ou objectif : Dieu ne veut pas seulement réparer les fissures. Il veut mettre sa paix à la place du vide, de l'inquiétude et de la douleur.
- Réflexion : Quelle zone de ton cœur a besoin de paix aujourd'hui ? Réponse suggérée : Une anxiété persistante, un conflit intérieur, un sentiment de culpabilité, ou le besoin de tranquillité face à des circonstances stressantes. Comment la paix de Dieu, qui surpasse toute intelligence, peut-elle nous aider à gérer les fissures de notre cœur ? Réponse suggérée : Elle nous apporte un calme intérieur que la logique humaine ne peut expliquer, nous permettant de faire face aux défis sans être submergés, et de trouver le repos en Dieu même au milieu de la tempête.
- Quelle zone de ton cœur a besoin de paix aujourd'hui ? Réponse suggérée : Une anxiété persistante, un conflit intérieur, un sentiment de culpabilité, ou le besoin de tranquillité face à des circonstances stressantes.
- Réponse suggérée : Une anxiété persistante, un conflit intérieur, un sentiment de culpabilité, ou le besoin de tranquillité face à des circonstances stressantes.
- Comment la paix de Dieu, qui surpasse toute intelligence, peut-elle nous aider à gérer les fissures de notre cœur ? Réponse suggérée : Elle nous apporte un calme intérieur que la logique humaine ne peut expliquer, nous permettant de faire face aux défis sans être submergés, et de trouver le repos en Dieu même au milieu de la tempête.
- Réponse suggérée : Elle nous apporte un calme intérieur que la logique humaine ne peut expliquer, nous permettant de faire face aux défis sans être submergés, et de trouver le repos en Dieu même au milieu de la tempête.
- Citation d'un héros de la foi : Charles Spurgeon : « Un cœur rempli de Christ n'a pas de place pour les fissures. »
- Activité créative ou illustration collaborative : Dessinez un cœur avec un joint de lumière (symbole de paix et de guérison divine) là où il y avait une fissure.
- Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Pratiquez 3 fois cette semaine : Prendre une profonde respiration. Dire "Jésus, donne-moi ta paix" à voix haute ou dans votre cœur. Rester 1 minute en silence, attentif à sa présence.
- Prendre une profonde respiration.
- Dire "Jésus, donne-moi ta paix" à voix haute ou dans votre cœur.
- Rester 1 minute en silence, attentif à sa présence.

---

Conclusion Commune : Jésus, le Restaurateur Suprême

Aujourd'hui, nous avons exploré comment les fissures peuvent apparaître dans nos cœurs – qu'il s'agisse de petites négligences, de colères non réglées, de jalousies, de non-pardons, de mauvaises habitudes, ou de blessures profondes. Nous avons aussi vu que Dieu ne nous laisse pas seuls face à ces défis. Il nous appelle à être des "réparateurs de brèches" pour nous-mêmes et pour les autres, en nous appuyant sur Lui.

Au final, la plus grande vérité est que Jésus est le véritable Restaurateur. Il n'est pas venu seulement pour boucher les trous, mais pour refaire à neuf, pour guérir en profondeur, pour nous donner sa paix et sa force.

---

### **Fiche de Réflexion Finale — Le pain et le vin : Jésus brisé pour nos fissures**

- Verset clé : « Mais il était blessé à cause de nos transgressions, brisé à cause de nos iniquités ; le châtement qui nous donne la paix est tombé sur lui, et c'est par ses meurtrissures que nous sommes guéris. » — Ésaïe 53:5
- Réflexion : Quand nous prenons le pain de la communion, nous voyons quelque chose de rompu, de fissuré. C'est l'image de Jésus : Il a accepté d'être brisé pour toucher et guérir les fissures cachées de ton cœur. Le vin nous rappelle Son sang répandu : la vie de Jésus qui remplit ce qui est vide, qui lave ce qui est abîmé, qui restaure ce qui est cassé en toi. Chaque fissure que tu portes — une

blessure, une peur, une chute, une fatigue intérieure — Jésus l'a portée avant toi, sur la croix. Le pain te dit : "Il a été fissuré pour toi." Le vin te dit : "Il te guérit et te restaure."

- Le pain te dit : "Il a été fissuré pour toi."
- Le vin te dit : "Il te guérit et te restaure."
- Question personnelle : Quelle fissure de ton cœur veux-tu déposer aujourd'hui devant Celui qui a été brisé pour toi ?
- Citation d'un héros de la foi : Charles Spurgeon : « Les blessures de Christ guérissent les nôtres. »
- Petite activité : Regardez le pain : nommez intérieurement une fissure de votre cœur. Puis, si c'est le moment de la Sainte Cène ou si vous le désirez spirituellement, prenez le pain et le vin en disant : « Seigneur, merci d'avoir été brisé pour me restaurer. »
- Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Chaque matin cette semaine, répétez : « Par Ses meurtrissures, je suis guéri. »

---

Prière finale : Seigneur Jésus, nous te remercions d'être notre merveilleux Restaurateur de brèches. Merci de nous voir avec compassion, de vouloir guérir nos cœurs brisés et de faire toutes choses nouvelles. Aide-nous à repérer les fissures en nous, à te les confier, et à être des instruments de guérison pour les autres. Que ta paix garde nos cœurs et nos pensées. Amen.