

RETOURNER À L'AUTEL

Carnet individuel

Douze semaines, seul devant Dieu

retour-a-lautel.pages.dev/animateur

« Un seul autel. Beaucoup de chemins pour y revenir. »

Retourner à l'Autel · CARNET INDIVIDUEL

Douze semaines, seul devant Dieu. Ce carnet est **pour toi**. Le guide du petit groupe est un document séparé : ne les mélange pas.

Pourquoi ce carnet existe

Pour une seule chose : que tu connaisses Jésus, et que tu vives avec lui.

Que tu sois un croyant qui s'est endormi ou quelqu'un qui ne l'a jamais rencontré, c'est **le même besoin**. Ce carnet ne mesure ni ta régularité, ni tes performances, ni ta pureté. Il ne mesure rien. Il t'ouvre une porte, douze semaines de suite.

Avant de t'engager : deux semaines pour rien

Tu n'es pas obligé de commencer les douze semaines. Si tu ne sais pas encore, fais d'abord ceci, sans rien promettre à personne.

Semaine d'essai 1. Lis **Marc 1.40-45**, à voix haute, lentement. Un lépreux, l'homme que personne ne touche, s'approche. Jésus **le touche**. Puis une seule question, et tu ne cherches pas de réponse pieuse : *qu'est-ce que je vois de cet homme ?*

Semaine d'essai 2. Lis **Luc 19.1-10**. Zachée, l'homme que toute la ville méprise. Jésus lève les yeux, **l'appelle par son nom**, et s'invite chez lui. La restitution vient **après** le repas, pas avant. Question : *qu'est-ce qui me frappe dans sa façon de s'y prendre ?*

Si, après ces deux semaines, tu veux le connaître davantage, commence la semaine 1. Sinon, tu ne dois rien à personne.

Avant de commencer, trois choses

Ta Bible : la Nouvelle Bible Segond (NBS). Les références sont données, jamais le texte : c'est toi qui ouvres et qui lis. C'est le principe même de ce parcours. Ce que tu trouves toi-même reste ; ce qu'on te dit s'oublie. Si une phrase te résiste, relis-la dans la **Parole de Vie**. Ce n'est pas tricher, c'est comprendre.

Ton binôme à distance. Ne saute pas ce point. Choisis **une personne**, une seule, à qui tu enverras un message ou passeras un appel **chaque semaine**. Une seule question, toujours la même : « **Comment Dieu m'a-t-il aidé cette semaine ?** » Jamais « as-tu réussi ? ». Sans ce binôme, tu feras une lecture, pas un chemin. C'est la moitié de la force de ce parcours, et c'est la moitié que la solitude te vole.

Ton droit, et il est absolu : « rien cette semaine ». Il y aura des semaines où tu n'auras rien vu, rien tenu, rien senti. Des semaines où tu seras tombé. **Tu as le droit d'écrire à ton binôme ces trois mots : « rien cette semaine. »** C'est une réponse complète. Il ne te demandera pas pourquoi. **Dis-le-lui maintenant**, avant de commencer, pour

qu'il le sache : « *Si je t'écris "rien cette semaine", tu ne me relances pas. Tu me réponds simplement : merci de me l'avoir dit.* » Sans ce droit, tu mentiras pour ne pas décevoir, ou tu cesseras d'écrire. Les deux te feront perdre le chemin.

Et si tu sautes trois semaines ? Tu **ne recommences pas au début** et tu ne te justifies devant personne. Tu reprends où tu en étais. **Ce parcours n'est pas un examen à rattraper.**

Si tu n'as pas le matériel d'une semaine, ne saute pas la semaine : chaque semaine a un **repli sans objet**, à la fin de ce carnet. Il fonctionne aussi bien. Parfois mieux.

Deux chemins. Choisis le tien maintenant, honnêtement. **A** : tu as connu Dieu, et tu t'es éloigné. Tu crois que tu dois mériter de revenir. **B** : tu n'as jamais cru, ou tu vis avec une addiction, un vice, une honte. Tu crois que tu n'as pas le droit d'entrer. **Dans le doute, prends le B.** Il porte les deux.

Semaine 1 · Venir tel que tu es

Le geste du jour. Chaque matin, avant tout : « Jésus, je viens tel que je suis, aujourd'hui encore. »

Ce que tu vas faire, seul. **A** : prends un caillou, couvre-le de boue. Essaie de le nettoyer à mains nues, sans eau. Puis tiens-le, sale, dans ta main ouverte, et dis à voix haute ce que tu n'arrives pas à nettoyer toi-même. **B** : remplis une bouteille transparente d'eau et de terre. Essaie de la nettoyer **sans la vider**. Secoue, essue l'extérieur : rien. Puis mets-la sous le robinet et laisse couler l'eau claire dedans, **longtemps**, jusqu'à ce qu'elle déborde et devienne limpide. Regarde jusqu'au bout. C'est le message : *tu ne peux pas te nettoyer. Il ne te le demande pas. Il te demande de te laisser remplir.*

Ce que tu vas chercher. Ouvre ta NBS. **A**, *Qu'est-ce que Jésus exige de moi avant de venir à lui ?* Jean 6.37 · Matthieu 11.28-30 · Marc 2.17 · Romains 5.8 · Éphésiens 2.8-9 · Apocalypse 3.20. **B**, *Jésus a-t-il jamais demandé à quelqu'un de se corriger avant de venir à lui ?* Jérémie 13.23 · Luc 19.1-10 · Luc 15.20 · Jean 8.1-11 · 1 Corinthiens 6.9-11 · Marc 2.17 · Romains 5.8 · 1 Timothée 1.15 · Ésaïe 1.18.

Le père qui court · Luc 15.11-32

Lis la parabole en entier, à voix haute, lentement. Puis cherche une seule chose : **à quel moment exactement le père pardonne-t-il ?**

La réponse est au **verset 20** : « *comme il était encore loin, son père le vit... il courut se jeter à son cou.* » **Le père court avant que le fils ait dit un mot.** Le discours qu'il avait préparé (v. 18-19), il ne le prononce qu'après, déjà dans les bras de son père.

La grâce ne répond pas à ta confession. Elle la précède. C'est pour cela que « venir tel que tu es » n'est pas une facilité : **c'est la seule façon dont ça s'est jamais passé.**

Et le père ne se contente pas de pardonner. Il restaure, puis il fête. Quatre cadeaux, et l'ordre compte : **la robe** (ton identité : tu rentres fils, pas domestique) · **l'anneau** (l'alliance, le sceau du père) · **les sandales** (la liberté : l'esclave marche pieds nus) · **le veau gras** (la fête, le seul don qui ne se porte pas, il se partage). **On ne célèbre pas un homme qu'on n'a pas d'abord restauré.**

Les deux questions de la semaine, et ne triche pas :

Es-tu **le fils aîné**, sûr de sa justice, incapable de se réjouir du retour de l'autre ? Ou **le fils cadet**, écrasé par son indignité, qui préfère être domestique plutôt que fils ?

Ce que tu vas écrire. Sur un papier que **personne ne lira** : ce qui, selon toi, t'empêche de venir. Garde-le, ou brûle-le. Puis écris cette phrase, et rien d'autre : « Je viens tel que je suis. »

Ton défi. La phrase du matin. Tous les jours. **Surtout les jours où tu es retombé.**

À ton binôme, cette semaine : « Comment Dieu m'a-t-il aidé ? »

Ellen White · à relire le jour où tu te crois trop sale

« **Jésus aime à nous voir venir à lui tels que nous sommes : pécheurs, impuissants, dépendants de lui.** »
— *Vers Jésus*, chapitre 4, « La repentance » (*Steps to Christ*, p. 31) **TEXTE FRANÇAIS OFFICIEL** —
vérifié.

Elle ne dit pas « viens quand tu iras mieux ». Elle dit : n'attends pas.

Si tu luttas contre une addiction, lis ceci

Personne ne te promet que ça disparaîtra demain. Ce serait un mensonge, et le jour de la rechute tu croirais que Dieu t'a rejeté. **La vérité : il te reçoit aujourd'hui, entier, et il marche avec toi.** La libération existe, mais c'est souvent un chemin, pas un instant. Et n'oppose pas la foi et l'aide. Une addiction demande souvent, **en plus** de la prière, un accompagnement réel, parfois médical. Dieu guérit aussi par des soignants. Va chercher cette aide. Ce n'est pas un manque de foi.

Semaine 2 · Jésus S.M.S. : Sauveur, Maître, Seigneur, et l'Agneau sur l'autel

Le geste du jour. Chaque matin, **envoie-toi un SMS** : « Sauveur. Maître. Seigneur. » **S** : il me sauve. **M** : il m'enseigne, j'apprends de lui. **S** : il commande, il a le volant.

Ce que tu vas faire, seul. Pose trois chaises en file : le passager, l'élève, le conducteur. Assieds-toi sur chacune et dis à voix haute ce que tu attends de Jésus depuis chacune. **Reste sur celle qui te met mal à l'aise.** **B** : ne te force pas au siège du conducteur. La vraie question, cette semaine, est plus simple : *es-tu seulement déjà monté dans la voiture ?* Le **S** de Sauveur suffit pour aujourd'hui.

L'Agneau sur l'autel · le S de Sauveur

La semaine dernière, le père a tué le veau gras pour toi. Cette semaine, tu vas voir qui était vraiment sur l'autel.

Sur le mont Carmel, Élie relève l'autel : douze pierres. **Mais un autel vide ne sert à rien.** Il y pose une offrande, et **le feu tombe** (1 Rois 18.30-38).

Le feu ne tombe pas sur des pierres nues. Il tombe sur un autel où une offrande est posée. Jean 1.29 · « Voici l'Agneau de Dieu, qui enlève le péché du monde. »

Ce que tu vas chercher, dans cet ordre. Ne saute pas la première.

La question	Ouvre
1 De quoi faut-il être sauvé ?	Romains 3.23 · Romans 6.23a · Ésaïe 59.2
2 Qu'a-t-il fait, exactement ?	Ésaïe 53.4-6 · 2 Corinthiens 5.21 · 1 Pierre 2.24
3 Comment le sait-on ?	1 Corinthiens 15.3-4 · 1 Corinthiens 15.17
4 Quand l'a-t-il fait ?	Romains 5.8

Sur Ésaïe 53, ne cherche pas de commentaire. Lis, et pose-toi une seule question : qui porte quoi ? Ce texte a été écrit sept siècles avant lui.

Ce que tu vas écrire. Une seule phrase, à la première personne : « **Il est mort pour _____** », et tu remplis le blanc avec quelque chose de vrai chez toi. **Personne ne le lira.**

Ce que tu vas chercher. Le verset qui tient les trois : **Jean 13.13-14. A**, Sauveur : Matthieu 1.21 · Jean 4.42 · Actes 4.12. Maître : Matthieu 11.29 · Jean 13.13-14 · Matthieu 23.8-10. Seigneur : Philippiens 2.5-11 · Luc 6.46 · Matthieu 28.18 · Matthieu 26.39. Puis Ézéchiel 36.26-27. **B**, *Faut-il croire d'abord, ou peut-on apprendre en cherchant ?* Jean 1.46 · Jean 7.17 · Marc 9.24.

Ce que tu vas écrire. Laquelle des trois lettres est vraie chez toi aujourd'hui ? Laquelle manque ? Puis **une seule** zone que tu ne lui as pas cédée.

Ton défi. Le SMS chaque matin. **A** : puis « tout ce que je suis est à toi, aujourd'hui ». **B** : puis « Jésus, si tu es réel, montre-le-moi aujourd'hui ». C'est une prière honnête, et Dieu y répond.

Semaine 3 · Sa Parole

Le geste du jour. J'ouvre la Parole pour rencontrer quelqu'un, pas pour valider une idée.

Ce que tu vas faire, seul. **A** : cache un objet de valeur chez toi la veille. Cherche-le le lendemain matin. Puis goûte une cuillère de miel, et lis Psaume 119.103. **B** : pose côte à côte un mode d'emploi et une lettre que quelqu'un t'a écrite avec amour. Lequel des deux relis-tu ? **La Bible n'est pas le premier.**

Ce que tu vas chercher. **A**, Jean 5.39 · Psaume 119.103 · Matthieu 7.24 · Jean 14.23 · 1 Corinthiens 2.12-14 · Jean 16.13. **B**, **aucune doctrine cette semaine.** Lis une seule scène, à voix haute, et demande-toi : *à quoi ressemble cet homme ?* Marc 1.40-45 · Luc 7.36-50 · Jean 4.1-26 · Jean 8.1-11.

Ce que tu vas écrire. Une seule chose que tu as vue de Jésus. **Une seule** chose qui t'a surpris.

Ton défi. **A** : chaque jour, chercher une image nouvelle de Jésus, et vivre l'application reçue le jour même. **B** : **un chapitre de l'Évangile de Jean par jour.** Pas la Genèse. Pas le Lévitique. Jean.

Semaine 4 · La prière

Le geste du jour. Je ne parle pas seulement à Dieu, je m'arrête devant Lui.

Ce que tu vas faire, seul. Règle un minuteur sur **deux minutes de silence complet**. Ne demande rien. Note ce qui remonte.

Ce que tu vas chercher. **A**, *Quelle différence entre demander, remercier et louer ?* Psaume 5.4 · Psaume 100.4 · Jérémie 29.13 · Ésaïe 6.5 · 1 Jean 1.9. **B**, *Dieu écoute-t-il la prière d'un homme qui n'est pas en règle ?* Luc 18.9-14 · Marc 9.24 · Psaume 51. Regarde bien Luc 18 : c'est le collecteur d'impôts, qui n'ose pas lever les yeux, qui rentre chez lui justifié. Pas le religieux.

Ce que tu vas écrire. Ta prière, telle qu'elle sort. Même maladroite. **Personne ne la corrigera.**

Ton défi. **A** : cinq minutes par jour où tu ne demandes rien. Seulement remercier et louer. **B** : une phrase honnête par jour, même « je ne sais pas si tu existes, mais je te parle ».

Le cellier · l'endroit où le Père t'attend

Matthieu 6.6 · « Toi, quand tu pries, entre dans ta chambre, ferme la porte, et prie ton Père qui est là dans le secret. »

Le mot grec n'est pas « chambre ». C'est *tameion* : la réserve, le cellier. La pièce du fond, sans fenêtre, celle qu'on ferme à clé. (Le même mot grec, employé ailleurs par Luc : Luc 12.24, les corbeaux « n'ont ni cellier ni grenier ». Ce n'est donc pas une chambre à coucher. C'est le garde-manger.)

Ce n'est pas la pièce où tu es beau. C'est celle où tu es nu. Pas de fenêtre, pas de public, pas de posture. La pièce où tu te caches quand tu ne veux plus être vu. Et c'est là que le Père t'attend. Il y est déjà. Avant que tu entres.

Lis ces cinq textes, dans cet ordre, et regarde qui bouge le premier :

Genèse 3.9, « Où es-tu ? » **La première question de la Bible, c'est Dieu qui cherche un homme caché.**
Matthieu 6.6, il t'attend dans la pièce où tu te caches. **Luc 15.20**, le père court avant que tu aies parlé.
Jean 6.44, même ton désir de venir ne vient pas de toi. **Apocalypse 3.20**, c'est Lui qui frappe. La poignée est de ton côté ; la main qui frappe est la sienne.

Écris cette phrase, et relis-la le jour où tu douteras :

« Ce n'est pas moi qui suis allé à Dieu. C'est Dieu qui est venu me trouver là où je me cachais. »

(Note honnête : Apocalypse 3.20 n'est pas écrit à un incroyant. Il est écrit à une église, Laodicée, qui se croit riche et « n'a besoin de rien ». Le Christ est dehors, devant la porte de son propre peuple. Si tu es un croyant qui s'est refroidi, ce verset te vise, toi, en plein.)

Le Notre Père · le seul modèle que Jésus ait donné

Luc 11.1 · les disciples ne lui demandent pas d'expliquer la prière. Ils lui demandent : « *Seigneur, enseigne-nous à prier.* » Et il ne fait pas un cours. Il donne une phrase.

Lis Matthieu 6.9-13 à voix haute. Puis compte : combien de demandes concernent **Dieu**, combien te concernent **toi**, et lesquelles viennent en premier ?

« **NOTRE Père** », à qui tu parles. Et *notre*, pas *mon* : **tu ne pries jamais seul**, même seul chez toi. « **ton nom, ton règne, ta volonté** », **trois demandes pour lui, avant la première pour toi. L'ordre est l'enseignement.** Une prière qui commence par « donne-moi » a déjà changé de Dieu. « **notre pain de ce jour** », le nécessaire, **aujourd'hui**. Pas la sécurité pour dix ans. « **remets-nous nos dettes, comme nous aussi...** », **la seule demande que Jésus reprend juste après** (Matthieu 6.14-15). Elle t'attend à la semaine 7. « **délivre-nous du Mauvais** », si tu luttas contre quelque chose, **c'est ta phrase**. Jésus lui-même te la met dans la bouche.

Deux choses, et elles sont dans le texte. Ne le récite pas. Juste avant de le donner, Jésus interdit le rabâchage (Matthieu 6.7). **C'est un squelette, pas une formule** : prie dans cet ordre-là, avec **tes** mots. Et **ne t'appuie pas sur la fin** (« car c'est à toi qu'appartiennent le règne, la puissance et la gloire ») : elle est **absente des plus anciens manuscrits**, la NBS la met en note. Tu ne la trouveras pas dans ta Bible, et ce n'est pas une erreur.

Le pont vers la semaine 5, et c'est Luc qui le pose. Chez lui, le Notre Père est suivi de « demandez, et l'on vous donnera », et tout cela débouche sur **une seule chose** :

Luc 11.13 · « *Combien plus le Père céleste donnera-t-il l'Esprit saint à ceux qui le lui demandent.* »
Apprendre à prier conduit à demander l'Esprit. Ce n'est pas nous qui avons inventé cet ordre.

Les trois, dans une seule prière

Ouvre Éphésiens 2.18 et compte. « *Par lui, nous avons les uns et les autres accès auprès du Père, dans un seul Esprit.* » **Trois. Dans une seule phrase. Sur un seul geste : prier.**

AU Père, c'est à lui que tu parles. *Matthieu 6.9 · Jean 16.23* **PAR le Fils**, c'est lui qui ouvre la porte. *Jean 14.6 · 1 Timothée 2.5 · Hébreux 4.14-16* **DANS l'Esprit**, c'est lui qui prie en toi quand tu n'as plus les mots. *Romains 8.15-16 · Romans 8.26-27 · Jude 20*

Un seul Dieu. Et tu viens d'en faire l'expérience, pas d'en lire la définition. (*Les trois sont nommés ensemble en Matthieu 28.19, en 2 Corinthiens 13.13, et au baptême de Jésus, Matthieu 3.16-17 : le Fils dans l'eau, l'Esprit qui descend, le Père qui parle.*)

Deux choses, pour que tu ne te trompes pas. Ils ne se partagent pas le travail comme trois employés :

Deutéronome 6.4, le SEIGNEUR est UN. Et **tu as le droit de parler à Jésus** : Étienne le fait en mourant (Actes 7.59), et la Bible se termine par une prière qui lui est adressée (Apocalypse 22.20). Le modèle habituel est *au Père, par le Fils, dans l'Esprit*. **Ce n'est pas une loi. C'est une porte.**

Ta prière de la semaine, une phrase, chaque jour :

« Père... au nom de Jésus... Esprit, aide-moi à... »

Semaine 5 · Le baptême du Saint-Esprit : il est mon C.I.E.

Le geste du jour. Je demande un nouveau baptême du Saint-Esprit. Jésus lui-même le recevait chaque jour.

Cette semaine a deux moitiés. D'abord tu apprends **qui il est**. Ensuite tu le **demandes**. Ne fais pas l'une sans l'autre : apprendre sans demander te laisse informé et sec ; demander sans savoir qui tu demandes, c'est attendre une émotion.

Ce que tu vas faire, seul. À l'évier. Verse de l'eau sur un gros caillou : elle ruisselle. Verse-la sur une éponge : elle boit. Tiens le caillou dans une main, l'éponge dans l'autre, et demande-toi lequel est ton cœur aujourd'hui. Puis remplis une tasse jusqu'à ce qu'elle déborde.

Première moitié · Il est mon C.I.E.

Jésus est ton S.M.S. L'Esprit est ton C.I.E. Ce n'est pas une force. C'est **quelqu'un**.

	Il est mon...	Ce qu'il fait pour toi	À lire
C	Consolateur	Il vient à côté de toi, et il reste. Tu n'es pas orphelin.	Jean 14.16-18 · Jean 14.26
I	Intercesseur	Quand tu n'as plus les mots, c'est lui qui prie en toi .	Romains 8.26-27
E	Enseignant	Il t'ouvre la Bible et te conduit dans la vérité.	Jean 14.26 · Jean 16.13

Le mot le plus important de la semaine : « un AUTRE ». Jean 14.16 : « il vous donnera un **autre** défenseur ». En grec, ce n'est pas « un autre d'une autre espèce », c'est « **un autre de la même espèce** ». Un second, exactement comme le premier. Jésus est ton **S.M.S.** ; celui qui vient « comme lui » l'est aussi. **Le C.I.E. n'est pas une liste de services. C'est quelqu'un qui te conduit** (Romains 8.14 : *conduits*, pas conducteurs).

Il est Dieu, comme le Père et comme le Fils. Mentir à l'Esprit, c'est mentir à Dieu (Actes 5.3-4). On peut l'attrister (Éphésiens 4.30) : on n'attriste pas une énergie.

Et il ne parle jamais de lui-même. Jean 16.13-14 : « il ne parlera pas de lui-même... il me glorifiera. » Il enseigne ce que Jésus a enseigné (Jean 14.26) et il te ramène à Jésus. **Il refuse d'être la destination. C'est pour cela qu'on ne peut pas s'en servir.**

Ta phrase de la semaine :

« Il est mon Consolateur, mon Intercesseur, mon Enseignant. **Et je ne suis pas son maître.** »

Quatre figures pour comprendre le mot. Dans le monde grec, on appelait « paraclet » : le **compagnon assigné au soldat blessé**, pour le maintenir en vie ; le **chef** qui rend le courage à ses hommes ; l'**avocat de la défense**, l'ami de l'accusé, loyal quand tous les autres condamnent ; **celui qui exhorte et instruit**. (*Honnêteté : l'avocat est le sens attesté dans les lexiques, chez Démosthène. Le soldat et le chef sont des images de prédication, pas des faits de langue. Elles sont vraies de l'Esprit ; elles ne prouvent rien sur le mot.*) **Retiens ceci : quand ta conscience t'accuse, il est assis du même côté que toi.**

Le mot grec, et il vaut mieux que toutes les traductions. Dans Jean (14.16 · 14.26 · 15.26 · 16.7), l'Esprit est appelé *paraklêtos* : **pará**, « aux côtés de », et **klêtos**, « celui qui est appelé ». « **Celui qu'on appelle pour être à tes côtés.** » C'est pour cela que ta Bible ne dit peut-être pas le même mot que celle de ton voisin : NBS et Colombe disent **défenseur**, la TOB garde **Paraclet**, la Parole de Vie dit **celui qui aide**, la vieille Segond disait **consolateur**. **Aucune n'a tort.** Défendre, consoler, aider : c'est ce que fait celui qui est **à côté**. **Et c'est pour cela que le C.I.E. tient** : il console à côté, il intercède à côté, il enseigne à côté. En français, **Cie** veut dire compagnie. Le grec et le français disent la même chose.

Ce que tu vas chercher. A, *Quelles sont les cinq étapes pour être baptisé quotidiennement du Saint-Esprit ?* Jean 7.37-39 · Actes 2.38 · Actes 5.32 · Luc 11.13. Les résultats : Galates 5.22-23 · Actes 1.8. **B,** *Si je ne peux pas me changer moi-même, qui le fera ?* Jérémie 13.23 (revu depuis la semaine 1) · **Ézéchiél 36.26-27** · Luc 11.13 · Jean 7.37. Ézéchiél 36.27 est le verset de ta semaine : ce n'est pas toi qui marches. C'est Lui qui te **fait** marcher.

Seconde moitié · Tu le demandes

Ferme le carnet. Ce n'est plus une lecture, c'est une prière. Trois phrases, avec tes mots :

« Je viens avec soif. » (*Jean 7.37*) « Je te demande ton Esprit pour aujourd'hui. » (*Luc 11.13*) « Sois mon Consolateur, mon Intercesseur, mon Enseignant. »

Puis **tais-toi**. Reste là. Ne cherche rien à sentir.

Ce que tu vas écrire. Chaque soir : **un fruit** de la journée, **un témoignage** de la journée. Même minuscule. Et une fois cette semaine : *lequel des trois, C, I ou E, a travaillé aujourd'hui ?*

Ton défi. Le demander chaque matin, à voix haute, avec tes mots.

Ne cherche aucune sensation

Pas de larmes obligatoires, pas de frissons. **Si tu ne ressens rien, tu n'es pas privé de l'Esprit.** Tu l'as reçu par la promesse, pas par l'émotion. Ceux qui te disent le contraire te fabriquent une fausse culpabilité.

Semaine 6 · Le baptême d'eau

Le geste du jour. Je vis ce que mon baptême a signé : je suis mort, je suis relevé.

Ce que tu vas faire, seul. Enterre une graine dans un pot de terre. Garde ce pot visible jusqu'à la fin des douze semaines. Regarde-le chaque jour.

Ce que tu vas chercher. **A**, Actes 2.38 · Matthieu 28.19 · Romains 6.3-4. **B**, *Le baptême est-il une récompense pour une vie propre ?* Actes 8.36-38 · Actes 16.30-33 · Romains 6.3-4 · Actes 2.38-41. Le geôlier d'Actes 16 est baptisé **la nuit même**. Il n'a pas eu six mois pour devenir présentable.

Ce que tu vas écrire. **A** : « Le jour de mon baptême, j'ai promis... » **B** : **tes questions**. Toutes. Sans honte. Puis va les poser à un pasteur, en privé, quand tu le veux.

Ton défi. **A** : chaque matin, « je suis mort avec Christ, je marche dans une vie nouvelle », et poser **un** acte qui le prouve. **B** : lis toi-même tous les récits de baptême des Actes, et note ce qu'ils ont en commun.

Si tu n'es pas baptisé

Personne ne doit te presser. Ni un groupe, ni une émotion, ni un appel public. Une décision de baptême se prend **librement, en privé, sans hâte, avec un pasteur**. Et si tu luttas contre une addiction : tu n'es pas disqualifié. Le baptême demande la repentance et la remise à Christ, pas la perfection.

Semaine 7 · La chirurgie du cœur

Le geste du jour. Je demande à Dieu de m'opérer du cœur avant de vouloir changer les miens.

Ce que tu vas faire, seul. Écris un nom sur une feuille. Déchire-la en deux. Recolle-la. Elle tient, mais la cicatrice se voit. Garde-la dans ta Bible. **La réconciliation ne fait pas disparaître la trace. Elle rend la feuille utilisable.**

Ce que tu vas chercher. **A**, Malachie 4.5-6 · Luc 1.17 · Éphésiens 4.29-32 · Matthieu 5.23-24 · Éphésiens 6.12 · Ézéchiel 36.26-27. **B**, deux cas. Sache lequel est le tien. *Tu as blessé les tiens* : Luc 19.8 (Zachée restitué, sans qu'on le lui demande) · Luc 15.18-21 (le fils prépare un discours, le père l'interrompt). *Les tiens t'ont détruit* : Éphésiens 4.32 · **Romains 12.18**, qui pose deux réserves exprès : « s'il est possible, autant que cela dépend de vous ».

Ce que tu vas écrire. **Un nom.** Un seul. Et la phrase que tu diras. Ou la raison pour laquelle tu ne la diras pas encore.

Ton défi. Aller trouver cette personne. Ne pas argumenter. Demander pardon pour **ta** part. **Sauf si ce qui suit te concerne.**

Lis ceci avant d'aller voir qui que ce soit

S'il y a eu violence, abus, emprise : n'y va pas. La première étape n'est pas la réconciliation, c'est **ta protection**. Personne, aucun pasteur, aucun texte, ne doit te renvoyer chez celui qui t'a détruit au nom du pardon. **Le pardon n'est pas la réconciliation.** Le pardon dépend de toi seul, et il peut se faire à distance, dans ton cœur, sans revoir la personne, sans qu'elle le sache jamais. La réconciliation dépend de deux, et suppose que l'autre a changé. **Et si tu es celui qui a blessé** : ne va pas demander pardon pour obtenir quelque chose en retour. Ce ne serait pas un pardon demandé, ce serait une négociation. **Si tu es en danger, sors de ce carnet et va chercher de l'aide.** Ce n'est pas un échec spirituel.

Semaine 8 · L'autel du foyer

Le geste du jour. Je m'arrête devant Dieu, chez moi, à heure fixe.

Ce que tu vas faire, seul. Dresse la table. Même pour une seule personne. Pose la Bible ouverte au centre, et rien d'autre. Mets **deux couverts** : le tien, et la place de Celui qui a promis d'entrer (Apocalypse 3.20).

Ce que tu vas chercher. **A**, Deutéronome 6.4-9 · Romains 13.8 · Jérémie 32.17. **B**, *Et si personne chez moi ne veut en entendre parler ?* 1 Pierre 3.1-2 · Marc 5.19 · 1 Corinthiens 7.12-16. 1 Pierre 3 dit : gagnés **sans parole**, par la conduite. Surtout quand ta parole a déjà été discréditée.

Ce que tu vas écrire. L'heure. Le lieu. La durée. De ton autel. Écris-les, et tiens-les. Puis le nom d'une **personne** que tu inviteras un jour à cette table.

Ton défi. Le tenir chaque jour de la semaine. **Court et réussi vaut mieux que long et subi.**

Si ta maison est hostile

N'impose rien. Commence par **ton** autel, seul, et laisse-les voir avant de leur parler. Si tu as fait souffrir ta famille, rentrer en imposant la prière du soir n'est pas un réveil : c'est une prise de pouvoir. La crédibilité se reconstruit par la durée, pas par la Bible brandie.

Ellen White · ce n'est pas l'humeur qui décide

« **Le culte de famille ne doit pas être gouverné par les circonstances.** Tu ne dois pas prier de temps en temps et, les jours de grande fatigue, le négliger. En faisant ainsi, **tu apprends aux tiens que la prière n'a pas d'importance.** », *Manuscrit 12, 1898*

« Dans la maison, il est possible d'avoir **une petite église** qui honore et glorifie le Rédempteur. », *Manuscrit 102, 1901* « Matin et soir, **l'univers céleste remarque chaque foyer qui prie.** », *Manuscrit 19, 1900*

ORIGINAUX ANGLAIS VÉRIFIÉS. Les trois sont authentiques, et repris dans les recueils officiels : **Ms 12, 1898** (aussi *Child Guidance*, p. 520) : « *Family worship should not be governed by circumstances. You are not to pray occasionally, and when you have a large day's work, neglect it. In thus doing you lead your children to look upon prayer as of no special consequence.* » **Ms 102, 1901** : « *In the home it is possible to have a little church which will honor and glorify the Redeemer.* » **Ms 19, 1900** (aussi *My Life Today*, p. 26) : « *Morning and evening the heavenly universe takes notice of every praying household.* » **Il n'existe pas d'édition française officielle des manuscrits.** Le français ci-dessus est une traduction fidèle de ces originaux : dis-le quand tu les cites.

Semaine 9 · Être avec Jésus

Le geste du jour. Avant de faire quoi que ce soit pour Lui, je reste avec Lui.

Ce que tu vas faire, seul. Allume une bougie. Pose un verre dessus. Regarde-la s'éteindre. **Une braise retirée du tas s'éteint.** C'est toi, sans Lui.

Ce que tu vas chercher. **A**, *Pourquoi Jésus a-t-il appelé les douze ?* **Marc 3.13-14a** donne deux raisons, dans un ordre. Luc 6.12-16 · Matthieu 4.18-20 · Ésaïe 50.4. **B**, **c'est ta semaine la plus facile.** Marc 3.14 : il les appelle

pour qu'ils soient avec lui. Ils n'ont pas cru d'abord, puis suivi. **Ils ont suivi, puis cru.** Jean 1.38-39 : « Venez et vous verrez. » Ils passèrent la journée avec lui. Voilà tout. **Tu n'as pas à croire avant d'être avec lui. Tu as à être avec lui, et la foi vient.**

Ce que tu vas écrire. L'heure exacte de ton rendez-vous quotidien avec Jésus. Mets-la dans ton téléphone, maintenant.

Ton défi. Le tenir chaque matin. **N'entreprends rien pour Dieu avant de l'avoir tenu.**

Semaine 10 · Être envoyé

Le geste du jour. Je raconte ce qui m'est arrivé.

Ce que tu vas faire, seul. Allume une bougie à une autre. Éteins la première. La seconde brûle encore.

Ce que tu vas chercher. **A, Marc 3.14b** · Luc 9.1-2 · Matthieu 28.18-20 · 2 Timothée 2.2. **B, Que faut-il savoir pour parler de lui ? Jean 9.25** : « je ne sais qu'une chose, j'étais aveugle et maintenant je vois. » **C'est toute la qualification. Marc 5.19-20** : l'homme délivré est renvoyé chez lui **le jour même.** Pas prêcher. **Raconter.** Jean 4.28-29. **Tu n'as pas besoin de savoir répondre. Tu as besoin de dire ce qui t'est arrivé.**

Ce que tu vas écrire. **Un nom.** Celui que tu vas accompagner. Et la première chose que tu feras avec lui.

Ton défi. Le contacter cette semaine. Ne l'invite pas à un programme : invite-le à marcher.

Si tu viens de te relever

Tu peux **raconter.** Tu ne dois pas encore **diriger** (1 Timothée 3.6). Ne laisse personne te propulser responsable trop tôt, même par admiration. Ça casse.

Semaine 11 · Découvrir ton don

Le geste du jour. Je sers avec ce que Dieu m'a donné, pas avec ce que j'admire chez un autre.

Ce que tu vas faire, seul. Prends trois outils différents chez toi. Essaie la même tâche avec chacun. Un seul convient.

Ce que tu vas chercher. **A, Psaume 139.1-6,13-16** · Éphésiens 2.10 · 1 Corinthiens 12.4-11 · Romains 12.6 · Éphésiens 4.11-12 · 1 Pierre 4.9-11 · Exode 31.1-5 · Jacques 1.5-8. **B, Et si ma vie est un désastre, qu'ai-je à apporter ? 1 Timothée 1.15-16** : Paul se dit le premier des pécheurs, et dit que c'est **pour cela** qu'il a obtenu miséricorde, afin de servir d'exemple. **Son pire passé est devenu son ministère. 2 Corinthiens 1.3-4** : nous consolons de la consolation dont nous avons été consolés. **Ta blessure n'est pas un obstacle à ton service. C'est souvent son lieu.**

Ce que tu vas écrire. Le don que tu crois avoir. Puis demande à **deux personnes** ce qu'elles voient en toi. Écris leurs réponses. Compare.

Ton défi. Demander chaque jour la sagesse (Jacques 1.5), et poser un acte de service.

Attends

Ne transforme pas une blessure fraîche en ministère. Si tu viens de sortir, tiens d'abord debout. Servir trop tôt à partir de sa plaie est le chemin le plus court vers la rechute. **La cicatrice sert. La plaie ouverte, non.**

Semaine 12 · Entrer dans la moisson

Le geste du jour. Je regarde le champ que Dieu m'a donné, et j'y entre.

Ce que tu vas faire, seul. Écris les noms de tous ceux qui t'entourent. Compte-les. **C'est ça, le champ.** Il n'attend pas d'être prêt. Il l'est.

Ce que tu vas chercher. **A,** Matthieu 9.35-38 · Matthieu 10.16 · Luc 6.12-16 · 1 Jean 2.6. **B,** *Où est mon champ, à moi ?* **Marc 5.19 :** « Va dans ta maison, vers les tiens. » Ton champ, ce sont ceux qui t'ont connu **avant.** Les seuls qui peuvent mesurer la différence. **Matthieu 9.36 :** il est saisi de compassion parce qu'ils sont fatigués et abattus. **Tu sais ce que c'est. C'est pour cela qu'on t'envoie.**

Ce que tu vas écrire. Ton champ. Et la date de la première visite.

Ton défi. Prier chaque jour le Maître de la moisson en nommant trois personnes. Faire la première visite avant la fin de la semaine.

Ne retourne pas trop tôt là où tu es tombé

Retourner « témoigner » au bar, dans l'ancien cercle, avec les anciens amis, est un piège classique et une cause majeure de rechute. **Ton champ commence par ta maison** (Marc 5.19), pas par le lieu de ta chute. Le reste viendra plus tard, et accompagné.

Les replis sans matériel

Tu n'as pas de miel, pas de braises, pas de boîte à outils ? **Ne saute pas la semaine.** Voici, pour chacune, une expérience qui ne demande **que ton corps, ta mémoire et ta maison.** Certaines sont plus fortes que l'objet, parce qu'on ne peut pas s'y dérober.

1. Tends la main, paume ouverte, et garde-la ouverte, immobile, trente secondes. **C'est tout ce qu'il demande. Une main ouverte. Pas une main propre.**
2. Debout, chez toi : place-toi au fond de la pièce si tu regardes de loin, au milieu si tu veux apprendre, devant si tu acceptes qu'il décide. **Où t'es-tu mis ? Pourquoi là ?**
3. Rappelle-toi une phrase que quelqu'un t'a dite un jour et que tu n'as jamais oubliée. **Pourquoi celle-là est-elle restée ? Parce que quelqu'un te la disait, à toi.** La Parole est de cet ordre-là.
4. Une minute de silence complet. Sans consigne, sans demande. **Qu'est-ce qui est remonté ?**
5. Serre le poing très fort. Essaie de mettre quelque chose dans cette main fermée. Impossible. **Ouvre.** Un cœur dur ne reçoit rien. Il ne s'agit pas de mériter, il s'agit d'ouvrir.

6. Retiens ta respiration aussi longtemps que tu peux. Puis reprends ton souffle. **On descend. On remonte. Mort, puis vie.**
7. Pense à un nom. Ne l'écris pas. **Depuis combien d'années ?** Écris seulement le chiffre. Il suffit à mesurer le poids.
8. Quand, pour la dernière fois, **toute** ta maison s'est-elle arrêtée en même temps, pour la même chose ? Si tu ne trouves pas, **ce vide est la leçon.**
9. Regarde ton temps d'écran d'hier. Écris-le. Puis écris le temps passé avec Jésus. **Ne commente pas.**
10. Raconte à voix haute, en trente secondes, une chose bonne qui t'est arrivée cette année. **Tu viens de témoigner. Tu n'as suivi aucune formation.**
11. Nomme une chose que tu fais bien et que tu trouves banale. Puis demande à deux personnes ce qu'elles voient en toi. **Ce qui te paraît banal est souvent ton don. C'est pour ça que tu ne le vois pas.**
12. Dis à voix haute trois prénoms de ton entourage. **Voilà ton champ. Tu viens de le dire tout haut.**
-

Et après la semaine 12

Tu ne finis pas. **Tu recommences, dans une autre maison.** Celui que tu vas voir n'a rien à arranger avant de venir à Jésus. Exactement comme toi, il y a douze semaines.

La semaine 12 renvoie à la semaine 1. C'est fait exprès.