



« Nous pourrions facilement nous débrouiller dans la vie si nous laissons à chaque jour sa peine. En effet, le fardeau devient trop lourd si nous devons porter celui d'hier avec celui d'aujourd'hui et celui de demain avant que cela ne soit nécessaire. »

- John Newton



NE VOUS INQUIÉTEZ PAS !

Épître aux Philippiens 4: 4-9

La peur a le pouvoir de nous paralyser et de nous faire recroqueviller dans l'ombre. Paul nous rappelle que la meilleure arme contre la peur est la prière, car la prière nous conduit à Dieu. Nous servons un Dieu qui connaît tout et qui est miséricordieux ; il ne nous abandonnera jamais dans les difficultés que nous rencontrons au quotidien. Il est le Dieu qui comprend notre plus grande crainte et envoie son Esprit Saint pour nous reconforter. Quelles sont vos craintes lorsque vous pensez aux prochains jours ? Lorsque nous prions, Dieu transforme nos peurs, les rendant insignifiantes, tout approfondissant la vision que nous de Lui. Puissions-nous, vous et moi, trouver du réconfort dans les paroles de Jésus qui a dit : « Ne vous inquiétez donc pas du lendemain, car le lendemain s'inquiétera de lui-même. À chaque jour suffit sa peine » (Matthieu 6:34), des paroles qui venaient en réponse à une question qu'il posait plus tôt : « Qui de vous peut, par ses inquiétudes, rallonger tant soit peu la durée de sa vie ? » (Matthieu 6 :27). Lorsque nous tous, vous et moi, choisissons de ne pas nous inquiéter, nous démontrons notre foi en Dieu Tout-Puissant !

Avec votre famille :

Demandez à chaque membre de votre famille de penser à une comptine, aux paroles d'une chanson, ou aux vers d'une

poésie, etc. Lorsque vous direz « partez ! », chacun récitera sa comptine/chanson/poésie à voix haute.

Demandez-vous alors si chacun de vous a compris ce que les autres disaient ? Souvent, lorsque beaucoup de gens parlent en même temps de quelque chose d'inquiétant, il est difficile de comprendre ce qui se passe réellement, ce qui crée en nous une certaine peur. Ensuite, demandez à chaque membre de votre famille de prendre quelque chose avec lequel il puisse faire du bruit (des casseroles et des cuillers pour taper dessus, des tambours, d'autres instruments de musique, etc.). Pendant 30 secondes, demandez à chacun de faire de bruit avec son objet. Lorsque les 30 secondes de bruit sont passées, observez 30 secondes de silence.

La lecture d'aujourd'hui nous rappelle qu'en ces temps difficiles, Dieu est présent et nous communique sa paix.

Parlez de la façon dont vous pourriez vivre la paix de Dieu au sein de votre famille cette semaine.

Bénédition : Chacun votre tour, priez en récitant cette bénédiction pour les autres : « Puisse le Dieu de la paix (*voir verset 9*) vous donner aujourd'hui la paix de Dieu (*voir verset 7*) ».

Seigneur, en ces temps de peur, aide-nous à rester ancrés dans ton amour. Amen.