

PARCOURS · 7 JOURS

7 jours pour renouveler ta foi

« Ne vous conformez pas au siècle présent, mais soyez transformés par le renouvellement de l'intelligence. » — Romains 12:2

Jour 1 — Reconnaître ce qui doit changer

« Sondes-moi, ô Dieu, et connais mon cœur ! » — Psaume 139:23

Beaucoup de renouvellements commencent mal parce qu'ils commencent sans lucidité. Aujourd'hui, ne cherche pas à te réformer. Demande à Dieu de te montrer ce qui s'est doucement infiltré dans ton cœur et qui n'a plus sa place. Un rythme, une amertume, une consommation, une pensée récurrente. Écoute sans te condamner.

→ Note trois choses que Dieu te met sur le cœur ce matin. Ne les corrige pas encore, contente-toi de les nommer.

Jour 2 — Consentir

« Voici, je fais toutes choses nouvelles. » — Apocalypse 21:5

Le renouvellement ne vient pas de ta volonté seule mais de ton consentement au travail de l'Esprit. Aujourd'hui, dis simplement : « Seigneur, je Te donne la permission de changer ce que je ne sais pas changer moi-même. » Ce oui, tout petit, ouvre plus de portes que dix résolutions.

→ Prie à voix haute : « Seigneur, je consens. »

Jour 3 — Nourrir

« L'homme ne vivra pas de pain seulement, mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu. » — Matthieu 4:4

Ce que tu écoutes remplit ce que tu deviens. Choisis un texte biblique court aujourd'hui — un Psaume, une parabole, un passage de Jean. Lis-le trois fois. Note un mot qui te frappe. Reviens-y dans la journée.

→ Ton verset du jour : _____ · Le mot qui te frappe : _____

Jour 4 — Prier autrement

« Prie ton Père qui est là dans le lieu secret. » — Matthieu 6:6

Aujourd'hui, prie sans mots pendant 5 minutes. Assieds-toi, respire, dis intérieurement « Père, me voici. » Laisse Ses regards se poser sur toi. Le renouvellement passe autant par le silence

que par les paroles.

→ *Comment était ce silence ? Encombré, paisible, ennuyeux, doux ? Note-le.*

Jour 5 — Rompre

« Rejetons tout fardeau, et le péché qui nous enveloppe si facilement. » — Hébreux 12:1

Une chose identifiée le jour 1 — rompt-la aujourd'hui. Un abonnement, une conversation, une habitude, une pensée. Un geste concret vaut mieux qu'un serment vague.

→ *Le geste que tu poses aujourd'hui : _____*

Jour 6 — Servir

« Il y a plus de bonheur à donner qu'à recevoir. » — Actes 20:35

Aujourd'hui, fais quelque chose de bon pour quelqu'un — sans que personne ne le sache. Un message, un service, un billet. Le renouvellement de l'intelligence passe par un changement d'orientation : moins vers soi, davantage vers l'autre.

→ *Pour qui ? Quoi ? Sans le raconter à personne.*

Jour 7 — Ancrer

« Je puis tout par celui qui me fortifie. » — Philippiens 4:13

Aujourd'hui, écris trois phrases : où étais-tu il y a 7 jours ? Où es-tu aujourd'hui ? Où veux-tu être dans 30 jours ? Ancre ce que Dieu a commencé. Ne laisse pas Son travail s'effacer sous l'agitation.

→ *Prends une photo de ce que tu as écrit. Regarde-la dans 30 jours.*