

Vivre la meilleure part



Le guide de discussion

Pour commander le livre
Vivre la meilleure part de Catherine Côté,
visitez www.lameilleurepart.com

Table des matières

Rencontre #1 (intro) : L'intimité

Rencontre #2 (chap. 1 et 2) : L'Évangile & l'amour du Père

Rencontre #3 (chap. 3 et 4) : L'union & la pureté du cœur

Rencontre #4 (chap. 5 et 6) : Le Saint-Esprit

Rencontre #5 (chap. 7) : Sa présence tangible

Rencontre #6 (chap. 8) : Sa voix

Rencontre #7 (chap. 9 et 10) : Le feu & la soif

Rencontre #8 (chap. 11 et 12) : Le lieu secret

Rencontre #9 (chap. 13) : Sa compagnie

Rencontre #10 (chap. 14 et conclusion) : Les fruits

Bienvenue!

Ce guide a été conçu pour stimuler les discussions de groupe autour du livre *Vivre la meilleure part* et vous aider à l'appliquer dans vos vies, tout ça dans un contexte d'entraide et de redevabilité.

Pour chaque rencontre, il y a d'abord une **question brise-glace** afin de détendre l'atmosphère et apprendre à se connaître.

Puis, vous trouverez **4-5 questions de discussion**. Libre à vous d'en sélectionner 2 ou 3, ou encore de toutes les faire. L'objectif est bien entendu que chacun se sente à l'aise de partager dans un climat de confiance, d'écoute et d'ouverture d'esprit.

La vulnérabilité de chacun déterminera la profondeur à laquelle vous irez ensemble en tant que groupe et la solidité des liens que vous créerez. En même temps, l'intimité avec Dieu est quelque chose de très personnel et c'est tout à fait normal de ne pas vouloir tout partager. Certaines choses sont faites pour rester entre nous et le Père.

Mon souhait est qu'en partageant vos trucs, vos expériences et vos défis, vous soyez puissamment encouragés à poursuivre une relation d'intimité avec la Trinité. Ce qui est beau de l'intimité, c'est que le Père a une relation unique avec chacun de ses enfants. Chaque fils et chaque fille connectera d'une manière particulière avec Dieu, et toutes les relations ne sont pas pareilles.

Découvrir et partager cette diversité d'expériences sera, je l'espère, enrichissant!

Une **activation** a été incluse pour vous permettre de mettre en pratique ce qui a été vu ou de vous mettre à l'écoute du Saint-Esprit. Pour les activations où les participants se mettent à l'écoute du Saint-Esprit, il peut être intéressant de faire jouer de la musique chrétienne instrumentale, par exemple d'Eric Gilmour ou William Augusto. Laisser suffisamment de temps pour que chacun puisse entendre de Dieu. Sur une base volontaire, vous pouvez ensuite partager ce que vous avez reçu.

En terminant, une suggestion de **prière** est fournie afin de sceller ce qui a été vu dans votre lecture et vos discussions, ainsi qu'un **défi** à faire à la maison d'ici la prochaine rencontre. Le but est toujours d'intégrer ces révélations et ces pratiques dans votre vie de tous les jours.

En toute chose, laissez-vous guider par le Saint-Esprit qui sait mieux que quiconque ce dont vous avez besoin et qui a un plan pour chacune des rencontres de votre groupe.

Je prie que vous soyez profondément touchés par l'amour et la présence de l'Esprit, et que vous ressortiez encore plus assoiffés de Dieu à la fin de cette série de rencontres.

A handwritten signature in cursive script, reading "Catherine".

Rencontre #1

L'intimité

Avoir lu « *Gelatos et bucketlists* »

Brise-glace

Quelle est ta saveur de crème glacée préférée?

Questions de discussion

1. Devant la panoplie d'options qu'offre la vie, as-tu cette crainte de passer à côté de quelque chose ou *fear of missing out* (FOMO)?
2. Comment tu définirais l'intimité dans tes propres mots?
3. As-tu déjà vécu une période d'insatisfaction ou de désert dans ta vie?
4. Est-ce que l'idée d'avoir une intimité avec Dieu est nouvelle pour toi? Qu'est-ce que c'est pour toi?
5. Quel est ton objectif en lisant *Vivre la meilleure part* et en participant à ce groupe? Qu'est-ce que tu aimerais apprendre, découvrir, approfondir ou expérimenter?

Activation

Demande au Saint-Esprit de te montrer quel est son cœur pour toi par rapport à votre relation.

Prière

Priez les uns pour les autres pour que Dieu prépare vos cœurs à recevoir et exprimez-lui votre désir de le connaître plus.

Défi pour les prochains jours

Sois attentif à ce qui occupe tes pensées pour mettre le doigt sur les autres choses que tu poursuis dans ta vie et découvrir dans quoi tu cherches ta valorisation et ton identité.

À lire pour la prochaine rencontre

Chapitres 1 et 2

Rencontre #2

L'Évangile & l'amour du Père

Avoir lu les chapitres 1 et 2.

Brise-glace

Raconte une chose qui t'a émerveillé dans la nature (ex. un paysage époustouflant, une rencontre animalière...).

Bref retour sur le défi de la dernière rencontre

Qu'est-ce que tu as constaté? Qu'est-ce que tu poursuis? Où trouves-tu ta valorisation?

Questions de discussion

1. Qu'est-ce qui te parle ou te touche dans le récit de la création? Quelle caractéristique ou qualité du Créateur ressort particulièrement pour toi?
2. Qu'est-ce qui te touche le plus dans l'œuvre de Jésus à la croix? Y a-t-il un aspect que tu n'avais pas vu avant?
3. As-tu parfois du mal à croire que Dieu t'aime vraiment? Si oui, qu'est-ce qui t'empêche d'être convaincu de son amour?
4. Qu'est-ce que ça te fait de savoir que Dieu t'a fait « à la main » en ne laissant aucun détail au hasard? En quoi ça peut t'aider à avoir une meilleure image de toi-même?

Activation

Demande au Père « Comment tu me vois » ou « Qu'est-ce que tu aimes de moi? »

Prière

Priez les uns pour les autres afin que chacun puisse expérimenter l'amour du Père d'une manière tangible et personnelle.

Défi pour les prochains jours

Prends 10 minutes chaque jour pour recevoir les paroles d'affection du Père et écris-les dans ton journal.

À lire pour la prochaine rencontre

Chapitres 3 et 4

Rencontre #3

L'union & la pureté du cœur

Avoir lu les chapitres 3 et 4.

Brise-glace

Est-ce que Dieu a déjà utilisé un film pour te parler? Si oui, raconte!

Bref retour sur le défi de la dernière rencontre

As-tu reçu des paroles qui t'ont surpris ou touché? As-tu vu une différence dans ta vie?

Questions de discussion

1. Qu'est-ce que tu trouves le plus difficile à abandonner à Jésus?
2. Quelles sont les réticences ou les peurs qui t'empêchent de t'abandonner complètement?
3. Le chapitre 4 a-t-il changé ta vision de la crainte de Dieu, la soumission et l'obéissance? Si oui, comment?
4. Qu'est-ce que tu aimerais faire concrètement pour que Jésus soit au centre de ton affection et que les rivaux disparaissent?

Activation

Demande au Saint-Esprit : « Dans quel domaine de ma vie tu veux que j'abandonne le contrôle et que je te fasse confiance? » ou « Qu'est-ce qui prend trop de place dans mon cœur et qui m'empêche de tout donner à Jésus? »

Dans un geste symbolique, écris cette chose sur un bout de papier, puis dépose-le dans un panier ou un contenant placé au centre, pour montrer que tu remets ça à Jésus.

Prière

Priez les uns pour les autres pour avoir plus de crainte de Dieu et pour que le Saint-Esprit purifie vos cœurs.

Défi pour les prochains jours

Dépose tes fardeaux et tes préoccupations aux pieds de Jésus. Donne-lui ce que tu tentes de contrôler. Refais-le autant de fois que nécessaire.

À lire pour la prochaine rencontre

Chapitres 5 et 6

Rencontre #4

Le Saint-Esprit

Avoir lu les chapitres 5 et 6.

Brise-glace

Raconte un de tes plus beaux souvenirs d'enfance.

Bref retour sur le défi de la dernière rencontre

Comment ça s'est passé? Qu'est-ce qui s'est produit lorsque tu as abandonné le contrôle à Jésus?

Questions de discussion

1. Qui est le Saint-Esprit pour toi? Qu'est-ce que tu as appris sur lui dans ta lecture? Quelle facette du Saint-Esprit te touche particulièrement en ce moment?
2. As-tu déjà vécu une expérience avec le Saint-Esprit où tu l'as vu agir à travers toi d'une manière spéciale? Raconte.
3. Qu'est-ce que tu aimerais vivre avec le Saint-Esprit? Qu'est-ce que tu veux qu'il produise en toi ou qu'il fasse à travers toi?
4. Nomme un domaine où tu es conscient de ta faiblesse et où c'est facile de sentir ton besoin du Saint-Esprit, et nomme un domaine où tu es fort et tu dois être plus intentionnel pour quand même dépendre du Saint-Esprit.
5. Qu'aimerais-tu faire pour grandir dans l'humilité?

Activation

Demande au Saint-Esprit « Qu'est-ce que tu veux être pour moi dans cette saison? »

Prière

Priez les uns pour les autres et demandez au Saint-Esprit de vous remplir.

Défi pour les prochains jours

Chaque matin, demande au Saint-Esprit de te remplir pour la journée qui est devant toi.

À lire pour la prochaine rencontre

Chapitre 7

Rencontre #5

Sa présence tangible

Avoir lu le chapitre 7.

Brise-glace

Si tu devais renoncer à l'un de tes 5 sens (vue, ouïe, goûter, odorat, toucher), ce serait lequel?

Bref retour sur le défi de la dernière rencontre

Qu'est-ce que tu as vécu en demandant au Saint-Esprit de te remplir chaque jour? As-tu vu une différence dans ta vie?

Questions de discussion

1. As-tu déjà senti la présence tangible de Dieu? Si oui, raconte une expérience en particulier et ce que cela a produit dans ta vie par la suite.
2. As-tu des craintes ou des réticences par rapport aux manifestations de l'Esprit? Explique.
3. Est-ce que tu luttas avec l'idée que tu ne peux pas sentir la présence de Dieu?
4. Qu'aimerais-tu faire pour devenir plus conscient de la présence de Dieu dans ton quotidien?

Activation

Demande au Saint-Esprit de venir manifester sa présence et attends en silence. Mets ton attention sur Jésus et sois attentif à ce qu'il veut faire.

Qu'as-tu ressenti?

Prière

Priez les uns pour les autres pour que le Saint-Esprit ouvre vos sens spirituels et de vous rendre plus sensibles à sa présence.

Défi pour les prochains jours

Prends 5 minutes chaque jour en silence devant Dieu et demande au Saint-Esprit de venir te toucher.

À lire pour la prochaine rencontre

Chapitre 8

Rencontre #6

Sa voix

Avoir lu le chapitre 8.

Brise-glace

Parles-tu d'autres langues? Quelle langue étrangère aimerais-tu maîtriser?

Bref retour sur le défi de la dernière rencontre

Comment ça s'est passé? Quels sont les hauts et les bas que tu as vécus? As-tu vu une différence dans ta vie?

Questions de discussion

1. Vis-tu des blocages quand tu essaies d'écouter la voix du Saint-Esprit? Qu'est-ce qui représente un défi pour toi dans les étapes pour entendre sa voix?
2. Quels sont tes trucs personnels pour relaxer et trouver le calme intérieur?
3. As-tu déjà entendu la voix de Dieu? Partage un moment où ce que tu as entendu de Dieu t'a touché ou même changé.
4. Nomme un mensonge que l'ennemi t'a déjà dit ou te dit régulièrement, et trouvez ensemble un verset pour le contrer.

Activation

Demande au Saint-Esprit « Que veux-tu me dire aujourd'hui? ». Puis fais l'exercice de recevoir une parole pour une autre personne du groupe : « Que veux-tu dire à cette personne? » Transmets-lui la parole.

Prière

Priez les uns pour les autres que le Saint-Esprit vous donne d'entendre sa voix plus clairement.

Défi pour les prochains jours

Prends le temps régulièrement d'entendre la voix du Saint-Esprit et écris ce que tu reçois dans ton journal. D'ici la prochaine rencontre, prends le temps de demander une parole d'encouragement au Saint-Esprit pour une personne de ton entourage. Demande-lui « Qu'est-ce que tu aimes de cette personne? » ou « Qu'est-ce que tu aimerais lui dire? » Puis transmets-lui la parole.

À lire pour la prochaine rencontre

Chapitres 9 et 10

Rencontre #7

Le feu & la soif

Avoir lu les chapitres 9 et 10.

Brise-glace

Quel est ton langage d'amour (mots d'affirmation, temps de qualité, affection physique, cadeaux, services rendus)?

Bref retour sur le défi de la dernière rencontre

Comment ça s'est passé? As-tu pu encourager une personne avec une parole du Saint-Esprit?

Questions de discussion

1. Y a-t-il un moment dans ta vie où tu t'es senti particulièrement aimé par Dieu? Comment le Père t'a-t-il démontré son amour?
2. As-tu des gens autour de toi dont la passion pour Dieu est contagieuse? Qui sont les personnes, connues ou non, qui t'inspirent à aimer Jésus toujours plus?
3. Qu'est-ce que tu aimerais faire pour que Jésus se sente aimé, compris, écouté, considéré ?
4. Y a-t-il des choses qui coupent ta soif de Dieu? Dans quelle situation es-tu porté à chercher du réconfort ailleurs qu'en Dieu (ex. fatigue, tristesse, colère, solitude)? Discutez de vos trucs pour avoir le réflexe de courir dans les bras du Père au lieu de vous tourner vers de faux réconforts.

Activation

Demande au Saint-Esprit de te montrer s'il y a des blocages (ex. déception, incrédulité, amertume, honte, haine de soi, blessures...) qui t'empêchent de recevoir l'amour du Père. Dois-tu pardonner quelqu'un ou encore renoncer à une croyance qui ne vient pas de Dieu, et la remplacer par la vérité?

Prière

Priez les uns pour les autres pour que le Saint-Esprit ranime votre passion pour Jésus et qu'il augmente votre soif.

Défi pour les prochains jours

Porte une attention particulière aux moments où tu recherches une distraction, un divertissement ou un faux réconfort, et arrête-toi plutôt pour en parler avec Jésus.

À lire pour la prochaine rencontre

Chapitres 11 et 12

Rencontre #8

Le lieu secret

Avoir lu les chapitres 11 et 12.

Brise-glace

Es-tu plus une personne du matin ou du soir? Quel est ton moment préféré de la journée?

Bref retour sur le défi de la dernière rencontre

Qu'est-ce que tu as remarqué dans ta vie par rapport aux faux réconforts? Quelle différence ça fait quand tu te tournes plutôt vers Jésus?

Questions de discussion

1. À quoi ressemble ton emploi du temps dans cette saison et quel est le meilleur moment dans ton horaire pour passer du temps avec Dieu?
2. Dans quel endroit aimes-tu rencontrer Jésus?
3. Quelle habitude aimerais-tu intégrer dans ton quotidien pour connecter avec Dieu?
4. Qu'est-ce qui est un défi pour toi dans ton temps personnel avec Dieu (ex. difficulté à trouver la paix, manque de concentration, performance, malaise avec le silence, démangeaison de bouger, etc.)?
5. Qu'est-ce qui t'aide personnellement à connecter avec Jésus et à entrer dans sa présence?

Activation

Demande au Saint-Esprit « Qu'est-ce que tu voudrais qu'on vive ensemble dans mes temps avec toi? » ou « Qu'est-ce qui est une clé pour moi dans cette saison afin d'approfondir mon intimité avec toi? »

Prière

Priez les uns pour les autres pour que le Père vienne à votre rencontre dans le lieu secret et qu'il vous donne une passion pour ces rendez-vous quotidiens avec lui.

Défi pour les prochains jours

Avec le Saint-Esprit, détermine une plage horaire optimale pour tes rencontres quotidiennes avec lui et fais-en une priorité.

À lire pour la prochaine rencontre

Chapitre 13

Rencontre #9

Sa compagnie

Avoir lu le chapitre 13.

Brise-glace

Quel est ton talent caché ou ton passe-temps préféré?

Bref retour sur le défi de la dernière rencontre

Comment ça s'est passé dans tes rendez-vous avec Dieu?

Questions de discussion

1. As-tu déjà inclus le Saint-Esprit dans une activité qui n'avait rien de « spirituel »? Que s'est-il passé?
2. Dieu t'a-t-il déjà donné une solution concrète à un problème ou une stratégie créative dans une situation particulière parce que tu as pris le temps de le consulter? Si oui, raconte.
3. Dans quelle activité ou passe-temps ressens-tu le plaisir du Père?
4. Quelle facette du Saint-Esprit aimerais-tu découvrir (ex. son humour, sa créativité)?
5. Qu'est-ce que tu aimerais faire pour continuer d'interagir avec le Saint-Esprit durant ta journée? Y a-t-il une habitude que tu aimerais intégrer pour vivre encore plus dans sa compagnie?

Activation

Demande au Saint-Esprit si tu l'as attristé par une pensée ou une action contraire à sa nature. Si oui, demande-lui pardon et tourne-toi vers lui pour qu'il t'aide à changer.

Prière

Priez les uns pour les autres pour la grâce d'être plus conscient de la présence du Saint-Esprit avec vous.

Défi pour les prochains jours

Essaie de parler au Saint-Esprit au moins 3 fois par jour. Ça peut être aux repas, durant tes pauses au travail, etc. Entraîne-toi à communiquer avec lui dans l'action, même si c'est pour dire un simple « merci » ou « aide-moi ».

À lire pour la prochaine rencontre

Chapitre 14 et « Jusqu'au bout »

Rencontre #10

Les fruits

Avoir lu le chapitre 14 et « Jusqu'au bout ».

Brise-glace

Quelle est la chose la plus étrange qu'un inconnu t'ait demandé ou dit? Raconte une anecdote.

Bref retour sur le défi de la dernière rencontre

As-tu réussi à parler plus souvent au Saint-Esprit dans l'action? Qu'est-ce qui s'est passé?

Questions de discussion

1. Quel est le miracle que tu aimerais voir Jésus faire à travers toi (ex. ouvrir les yeux d'un aveugle, guérir quelqu'un du cancer, multiplier de la nourriture)?
2. Qu'est-ce qui est un défi ou un blocage pour toi quand vient le temps de guérir les malades ou de prier pour un miracle? Qu'est-ce qui pourrait t'aider à surmonter cela?
3. Nomme une façon dont tu aimerais voir l'amour de Jésus se manifester à travers toi (ex. intercession, actes de gentillesse, écoute, annonce du message de Jésus) et envers quel groupe de personnes (ex. collègues, itinérants, malades, immigrants).
4. Dans « Jusqu'au bout », quelle citation parmi celles de Ravenhill, Billy Graham et A. W. Tozer t'a le plus parlé et pourquoi? Quel moyen vas-tu te donner pour t'assurer que l'intimité avec Dieu demeure une priorité dans ta vie?

Activation

Demande au Saint-Esprit de te montrer une œuvre qu'il aimerait faire en partenariat avec toi.

Prière

Priez les uns pour les autres pour l'amour, la foi et la puissance de faire les mêmes œuvres que Jésus et pour la persévérance dans l'intimité avec la Trinité.

Défi pour les prochains jours

Demande au Saint-Esprit de te donner une occasion de bénir quelqu'un et mets-toi à l'écoute.

Notes

[illegible]