

13. Paul a écrit au sujet de l'enlèvement dans 1 Thessaloniens 4:13-18 pour que les chrétiens puissent s'encourager les uns les autres. C'est un exemple de la manière dont la Bible peut être utilisée comme un outil puissant pour encourager. C'est littéralement la puissance de Dieu.

Quand nous négligeons d'écouter la Parole de Dieu ou de l'étudier, nous nous privons de la possibilité de recevoir ce soutien.

Faites la liste de plusieurs passages qui vous ont encouragé récemment.

\_\_\_\_\_

14. Quelles paroles d'encouragement est-ce que nous trouvons dans les passages suivants ?

1 Pierre 5:7 \_\_\_\_\_

1 Jean 4:4 \_\_\_\_\_

15. Selon Hébreux 4:14-16, y a-t-il quelqu'un qui comprend réellement tes problèmes ?

\_\_\_\_\_

Donc, que devrions-nous faire? v.16 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Le « trône de la grâce » a trait à la présence miséricordieuse de Dieu.

Par la prière, nous nous approchons de lui à tout moment, sachant qu'il nous écoute, même si nous nous sentons indignes. La Bible est pleine de passages encourageants comme celui-ci. Que cela vous encourage et vous aide à encourager.



Êtes-vous découragé ; ou connaissez-vous quelqu'un qui a besoin d'encouragement ?

**Voyez l'appendice 2 du Volume 1 qui a pour titre « Qui suis-je en Christ »**



**A**  
**Vous**  
**La Victoire**

**LA**  
**NOUVELLE**  
**VIE EN CHRIST**



## QUATRIEME PAS S'EXHORTER LES UNS LES AUTRES

### Répondez par VRAI (V) ou FAUX (F)

- \_\_\_ Le fait de passer du temps avec les autres chrétiens devrait nous motiver à nous améliorer.
- \_\_\_ Seules nos actions, et non vos paroles, peuvent encourager les autres.
- \_\_\_ *Quand quelqu'un passe par des moments difficiles, un des meilleurs moyens pour l'encourager est de passer du temps avec lui.*

### S'ENCOURAGER LES UNS LES AUTRES

*« Flatte-moi, je ne vais peut-être pas te croire.  
Critique-moi, je ne vais peut-être pas t'aimer.  
Ignore-moi, je ne vais peut-être pas te pardonner.  
Encourage-moi, je ne vais pas t'oublier. »*

1. Quels sont les deux commandements qui se trouvent dans 1 Thessaloniens 5:11 ?  
\_\_\_\_\_ et \_\_\_\_\_.

2. Quand nous cherchons à encourager quelqu'un, il faut lui adresser de bonnes paroles, même si ce n'est pas vrai ?  
\_\_\_\_\_

3. À quel objectif principal répond le fait de rencontrer les autres chrétiens, selon Hébreux 10:24 ?  
\_\_\_\_\_

4. Ce type d'encouragement signifie-t-il que nous ne devons dire que des choses positives ? Pourquoi ? v.25  
\_\_\_\_\_

5. Quels sont les deux commandements qui se trouvent dans Hébreux 10:25 ? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

6. Rencontrer d'autres chrétiens, c'est aussi assister au culte. C'est aussi la communion fraternelle durant la semaine par les appels téléphoniques, les visites et les rencontres en petits groupes. Dans quelle mesure ces contacts informels peuvent-ils nous aider ?  
\_\_\_\_\_



Combien de fois est-ce que vous rencontrez généralement les autres chrétiens ?  
\_\_\_\_\_

Demande à ton pasteur s'il y a une cellule dont tu peux devenir membre.  
\_\_\_\_\_

7. Il y a une certaine urgence à se rencontrer d'autant plus que nous voyons « le jour approcher ». v. 25 À quel jour l'auteur fait-il allusion ? v. 37  
\_\_\_\_\_



## COMMENT S'ENCOURAGER LES UNS LES AUTRES

8. Citer une manière d'encourager les autres.

Proverbes 12:25 \_\_\_\_\_

9. Lisez Prov. 18:21. \_\_\_\_\_ et \_\_\_\_\_ sont au pouvoir de la langue. Les paroles sont puissantes, capables de relever notre esprit ou de le tuer. Proverbes 16:24 ajoute que les paroles agréables sont comme du miel et un remède pour le corps. Voyez « Paroles d'Encouragement » à la page suivante.

10. Nos paroles devraient être \_\_\_\_\_ Éphésiens 4:29

### MOTS D'ENCOURAGEMENT

- Utilisez des paroles d'éloges, d'encouragement et de remerciement comme : « Bravo ! », « Tu peux y arriver », « Je te fais confiance », « Tu t'es donné à fond ; ne t'en fais pas pour les erreurs » ; « Merci pour ton aide ».
- Traitez les autres avec respect et dignité. Attendez le meilleur des autres et non le pire. Faites-leur confiance.
- Évitez de les critiquer, de les disputer et de les ridiculiser. N'attendez pas la perfection. Évitez le sarcasme et « les blagues » qui dévalorisent les autres. Limitez les « mais » (« Tu as bien fait mais... »)
- Écoutez avec empathie quand les autres parlent. Donnez-leur toute votre attention : regardez-les dans les yeux, sans vous préoccuper de la réponse que vous leur ferez quand ils auront fini. Ne les interrompez pas. Ne les jugez pas. Les autres sauront si vous avez écouté si vous êtes capable de leur redire ce qui les tracasse/ intéresse.
- Prenez leurs peurs au sérieux, et aidez-les à vaincre ces peurs.
- Enseignez-leur à limiter leur utilisation de l'expression « Je ne peux pas ».
- Prenez leurs rêves et leurs souhaits au sérieux.

### PENSEZ-Y

Que devrions-nous faire quand nous nous retrouvons avec d'autres chrétiens ? Quels sont les aspects du service qui vous encouragent ? Y a-t-il des aspects qui vous découragent ou vous frustrant ? Quels sont-ils ? Parlez à votre pasteur : demandez-lui comment vous y prendre avec votre frustration.

Lisez Genèse 1-7  
cette semaine (un chapitre par jour).

### Mémo-risez

1 Thessaloniens 5:11.

*« Ainsi donc, exhortez-vous mutuellement et édifiez vous l'un l'autre, comme vous le faites déjà. »*

11. Donnez des exemples de paroles qui édifient les autres :  
\_\_\_\_\_

Donnez des exemples de paroles qui découragent : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



**Mesure tes Paroles.** En général, tes paroles :

- Edifient  Critiquent et réprimandent
- Réconfortent  Apportent l'unité
- Relèvent l'esprit des autres.
- Sont plaintives & des gronderies
- Sont des commérages & des médisances

Voyez « Paroles d'Encouragement » dans le tableau à gauche.

12. Citez une manière d'encourager les autres ?  
\_\_\_\_\_

Romains 12:15



Notre présence aux côtés de quelqu'un dans les moments difficiles est plus importante que ce que nous disons. Quand nous sympathisons avec une personne : quand nous partageons sa peine et ses joies, il se rend compte que quelqu'un prend soin de lui.