

Rencontre 01 - Suivre Jésus

Introduction

Qui suivez-vous ? Tout le monde suit quelqu'un. Autrement dit : nous sommes tous des disciples. La question n'est pas : « Êtes-vous un disciple ? » mais : « De qui ou de quoi êtes-vous le disciple ? » Dans cette rencontre, nous explorons ce que signifie être disciple ou apprenti de Jésus.

Texte

Comme il passait le long de la mer de Galilée, il vit Simon et André, frère de Simon, qui jetaient un filet dans la mer, car ils étaient pêcheurs. « Suivez-moi, dit Jésus, et je vous ferai pêcheurs d'hommes. » Aussitôt, ils laissèrent leurs filets et le suivirent. —Marc 1.16-18

Résumé du partage

- Suivre Jésus repose sur la pratique du premier siècle des rabbins et de leurs apprentis.
- Aujourd'hui, suivre Jésus signifie devenir son apprenti.
- Être apprenti(e) de Jésus, c'est organiser sa vie autour de trois objectifs majeurs :
 - Être avec Jésus
 - Lui ressembler
 - Faire ce qu'il faisait
- Être apprenti(e) de Jésus signifie mettre en pratique un mode de vie.
- L'un des meilleurs moyens de commencer est d'adopter un rythme de prière quotidien, en vous réservant un temps et un lieu pour la solitude, le silence et la prière.

Questions de discussion

01 Qu'espérez-vous que Jésus accomplisse en vous à travers ces rencontres ?

02 En regardant votre vie, qui ou qu'est-ce qui a eu le plus grand impact sur votre cheminement spirituel jusqu'à présent ?

03 Selon vous, quel est le but premier de votre vie ? Quels sont vos principaux objectifs et priorités ?

04 Quand vous imaginez commencer votre journée par le silence, la solitude et la prière, qu'est-ce qui vous enthousiasme ? Qu'est-ce qui vous semble difficile ?

05 Pensez à votre semaine et élaborer un plan. Quand et où allez-vous vous engager dans cette pratique ?

06 Comment pouvons-nous, en tant que communauté, prier pour vous et vous soutenir dans cette démarche ?

A faire individuellement

Je pratique un rythme de prière quotidien

Nous avons besoin de plus que de l'information pour être transformés. Les pratiques de Jésus (que nous approfondirons dans la Rencontre 04) aident à ancrer les enseignements de Jésus dans la mémoire musculaire de notre corps. Elles transforment l'idée de suivre Jésus en une réalité concrète dans notre vie quotidienne.

Et l'un des meilleurs moyens de commencer à « être avec Jésus » est de développer un rythme de prière quotidien.

Il n'existe pas de « bonne » façon de faire cela — vous pouvez choisir de faire une promenade matinale avec votre chien, de vous blottir sous une couverture avec une tasse de thé, ou de vous asseoir en tailleur sur le sol et de respirer profondément. Vous pouvez prier les psaumes ou laisser une application de prière guider votre méditation. Vous pouvez le faire avant le lever du soleil ou à son coucher.

Quel que soit votre choix, l'exercice de la Rencontre 1 consiste à développer un temps et un lieu quotidiens pour communier avec Dieu à travers les pratiques du silence, de la solitude et de la prière.

Voici quelques suggestions pour votre pratique :

01 Trouvez un lieu calme, sans distractions.

- Cela peut être un coin de votre maison ou un parc à proximité. Trouvez un endroit où vous pouvez vous concentrer et être en paix.

02 Trouvez un moment calme.

- Pour beaucoup de personnes, le meilleur moment est juste au réveil ; mais pour vous, ce sera peut-être avant de dormir, pendant la sieste matinale de votre bébé, ou pendant votre pause déjeuner. - La règle générale est la suivante : offrez à Dieu le meilleur moment de votre journée.

03 Faites silence.

- Si possible rangez votre téléphone dans une autre pièce. Commencez par quelques respirations profondes... par le nez, en inspirant et expirant, et laissez votre esprit et votre corps se calmer. Psaume 46 :10 « Arrêtez, et sachez que je suis Dieu »

- Cela peut prendre quelques minutes. Rien ne presse.

- Et ensuite...

04 Ouvrez votre cœur à Dieu dans la prière.

- Là encore, il n'existe pas de « bonne » façon de prier. Mais vous n'êtes pas obligé de partir de zéro.

- Depuis des millénaires, les disciples de Jésus utilisent les psaumes pour leur prière quotidienne. Les psaumes sont un recueil de prières poétiques que l'on trouve au milieu de la Bible, et ils ont été conçus pour être priés, et non simplement lus.

- Vous pouvez prier un seul psaume ou plusieurs ; c'est à vous de choisir. Vous pouvez commencer par le Psaume 1 et continuer avec une autre. Si vous souhaitez prier un seul Psaume, essayez le Psaume 1, 23, 37, 40, 42-43, 63, 84, 86, 103 ou le 139. Cet exercice peut se faire en cinq minutes, ou bien s'étendre facilement jusqu'à une heure — là encore, c'est à vous de choisir. L'essentiel est de commencer là où vous êtes, et non là où vous pensez « devoir » être. Si deux ou trois minutes sont tout ce que vous pouvez consacrer, commencez ainsi et faites le pas suivant.

Si cette pratique est déjà bien ancré dans votre vie, passez du temps avec le Seigneur pour lui demander comment aller plus en profondeur dans ce temps et comment vous pouvez encore grandir dans votre vie de connexion dans l'intimité avec Jésus.

Réflexion sur la pratique

La réflexion est un élément clé de notre formation spirituelle. Comme la pratique, elle permet à ce que nous apprenons de devenir partie intégrante de ce que nous sommes.

Avant votre prochaine rencontre, prenez cinq à dix minutes pour écrire vos réponses aux trois questions suivantes.

01 Qu'est-ce qui a été le plus difficile dans la pratique d'un rythme de prière ?

02 Qu'avez-vous apprécié dans cette expérience ?

03 Qu'espérez-vous en poursuivant ce rythme de prière ?