



SE CONNAÎTRE SOI-MÊME, CONNAÎTRE DIEU.

Leçon 1 : Connecte-toi !

Que vois-tu **VRAIMENT** ?



1. Prends deux carrés de papier d'aluminium (ton miroir).



2. **Feutre Noir :**
Écris les messages **NÉGATIFS** que tu entends sur toi-même.



3. **Feutre Rouge :**
Écris les messages **POSITIFS**.

*À TOI LA PAROLE : Lesquels sont venus le plus facilement ? Pourquoi ?
Y a-t-il une part de vrai dans le noir ?*

Le Syndrome de Mathilde : Le prix des apparences.



Emprunte un collier de diamants pour impressionner au grand bal.

Le perd la même nuit.

10 ans de dettes et de misère pour rembourser...

La vérité finale :
Le collier original était totalement faux.

Et toi ?
Quelle armure
portes-tu pour
plaire aux autres
au collège ou à
l'église ?

L'Échelle de Bowen : Qui tient les commandes ?



LE FAUX MOI (Faible différenciation)

- ✗ Ma valeur est dictée par l'opinion des autres.
- ✗ Je cherche continuellement l'approbation (les likes).
- ✗ Je fuis la vraie intimité par peur d'être rejeté.



LE VRAI MOI (Haute différenciation)

- ✓ Je définis mes propres buts et valeurs.
- ✓ J'accepte d'être en désaccord sans me fâcher.
- ✓ Je reste fidèle à moi-même sous la pression.

Le Détecteur de Mensonges

As-tu déjà cru secrètement à ces messages ? (Réponds dans ta tête)

- ☐ Je suis une erreur.
- ☐ Je suis un fardeau.
- ☐ Je n'ai pas le droit à l'erreur.
- ☐ Ma valeur dépend de mes notes, de mon look ou de mon argent.
- ☐ Ce que je suis VRAIMENT ne compte pas.

Ces pensées sont le Faux Moi. Dieu a un message radicalement différent pour toi.



DAVID VS LES VOIX DU DOUTE

Tout le monde connaît le combat contre le géant.
Mais le vrai défi de David ?
Survivre à la pression sociale de son entourage
pour garder sa véritable identité.
(1 Samuel 17).

La Carte des Pressions

Flèche 1 (La Famille/Jalousie)
- **Éliab** : Petit prétentieux,
espèce de vaurien ! (v.28)

Flèche 2 (L'Autorité/Le Doute)
- **Saül** : Tu n'es qu'un enfant,
tu ne peux pas y aller. (v.33)



Flèche 3 (L'Ennemi/L'Intimidation)
- **Goliath** : Me prends-tu pour
un chien ? (v.43)

La victoire de David :
Il contrôle ses émotions.
Il ne cherche l'approbation
de personne.
Il sait qui il est.

Le Piège de l'Armure de Saül



“Vas-y donc, et que le Seigneur soit avec toi... Saül revêtit David de sa cuirasse.”

L'Armure représente :
Les attentes des autres.
Essayer d'imiter le style de réussite de quelqu'un d'autre (dans la foi, la mode, l'attitude).

Pourquoi David ne pouvait-il pas l'utiliser ?
Parce que Dieu veut que tu marches dans TON propre appel.

Je ne peux pas marcher avec cet équipement, par manque d'habitude.

ET IL S'EN DÉBARRASSA.



David n'a pas eu peur de décevoir le roi pour rester fidèle à Dieu et à lui-même. C'est ça, la maturité spirituelle.

L'Inventaire Authentique



1 Bâton de berger (Ton expérience quotidienne)



5 Pierres lisses (Ta préparation)



1 Fronde (Ton talent unique)

+1000 Armé du nom du Seigneur
de l'univers ! (1 Sam 17:45)



Quelles sont **VOS** pierres
lisses ? Quels **talents naturels**
Dieu vous a-t-il donnés ?

Le Secret de l'Humilité Joyeuse

Bien que la vie du chrétien doive être caractérisée par l'humilité, il ne faut pas qu'elle soit triste et décolorée. [...] Le fait de marcher la tête penchée n'est pas une preuve d'humilité. Purifié par Jésus, on peut se présenter sans honte ni remords. — E.G. White

**Connaître sa vraie valeur en
Christ libère de la honte.**

L'Interview Express : Connais-tu ton Vrai Moi ?

1 Qu'est-ce qui te met en colère ?

2 Qu'est-ce qui t'attriste ?

3 De quoi as-tu peur ?

4 De quoi raffoles-tu ?

5 Qui/
Qu'aimes-tu ?

6 Qu'est-ce qui te surprend ?

7 Qu'est-ce qui te dégoûte ?

Choisis UNE question. As-tu la réponse ?
Qui veut partager à voix haute ? (Aucun jugement autorisé).

Ton Défi de la Semaine

Le radar à Faux Moi



Quand j'ai FAIT /
DIT : _____

Cela a révélé qu je
SUIS : _____



(Ex: Quand j'ai ri à cette blague méchante, cela a révélé que j'ai peur d'être rejeté par le groupe).

Le Masque Tombe (Résumé)



Vous pouvez duper quelques personnes en permanence ; vous pouvez duper tout le monde de temps en temps ; mais vous ne pouvez duper tout le monde tout le temps.
(A. Lincoln)

Tôt ou tard, la vérité surgit. Objectif : Quand les gens te regardent, ils ne doivent pas voir un personnage inventé... ils devraient voir **Jésus** en toi.

Conclusion & Prière

Seigneur, aide-moi à connaître
qui je suis vraiment aujourd'hui,
et ce que je deviendrai
en marchant avec Toi. Amen.

Rappel animateur : Reste disponible à la fin si un jeune a besoin
de parler en privé (pensées alarmantes de la diapo 5)

