

*Grandir en sagesse — Semaine 12*

# Discerner le bien du mal !

**family.fit**  
**fast**


7 minutes pour développer votre  
*famille. forme. foi. fun*



[www.family.fit](http://www.family.fit)

# C'est si facile !

Rassemblez-vous en famille pendant 7 minutes :

	 <b>Bougez</b> <i>4 minutes</i>	 <b>Reposez-vous et discutez</b> <i>3 minutes</i>
<b>JOUR 1</b>	Echauffement en coins	Lisez et discutez de Matthieu 7:15 -20
<b>JOUR 2</b>	Qui est le plus rapide ?	Lisez et discutez de Matthieu 7:15 -20
<b>JOUR 3</b>	Pompes en pyramides	Lisez et discutez de Matthieu 7:15 -20

Jésus vient de décrire deux chemins à suivre dans la vie. Maintenant Il nous rappelle qu'il y en a beaucoup qui essaient de nous guider sur le mauvais chemin. Méfiez-vous de ces « amis ». Vous pouvez dire qui ils sont par le « fruit » de leur vie.

On le trouve dans la Bible dans Matthieu 7:15 -20.

**C'est facile !** Pas d'équipement spécial. Juste l'envie de s'amuser et un esprit ouvert !



*Plus d'informations à la fin du livret. Veuillez lire les conditions générales d'utilisation.*

# JOUR 1

## Bougez



### Echauffement en coins

Étiquetez les coins de la pièce avec les numéros 1 à 4. Chaque personne commence à un coin différent et fait un échauffement différent. Déplacez-vous dans la pièce en passant au numéro suivant. Faites deux séries.

1. 10 jumping jacks
2. 10 talons arrière
3. 10 abdos
4. 10 squats



<https://youtu.be/wjLlb-GaFjI>

## Repos et Discussion



### Des amis véritables

- *Quand avez-vous porté un déguisement ?*

Lisez Matthieu 7:15 -16.

Chaque personne trouve quelque chose dans la maison à porter comme déguisement pour changer son apparence.

Parlez des manières dont vos bons amis ont eu une influence positive dans votre vie et comment d'autres amis ont eu une influence négative.

**Discutez avec Dieu :** « Seigneur, donne-nous des yeux clairs pour voir quand les gens ne sont pas ce qu'ils prétendent être. Donne-nous toute sagesse pour discerner. »

# JOUR 2

## Bougez



### Qui est le plus rapide ?

Mesurez le temps total nécessaire à chaque personne pour effectuer 10 des mouvements suivants :

- 10 alpinistes
- 10 abdos
- 10 pompes
- 10 fentes avant

## Repos et Discussion



### Bons ou mauvais fruits

- *Qu'est-ce qui fait que certains arbres deviennent « mauvais » ? En quoi cela est-il similaire pour les gens ?*

Lisez Matthieu 7:17 -18.

Les bons fruits proviennent de bons arbres. Dessinez un arbre avec différents fruits dessus. Écrivez les noms des membres de la famille sur les fruits avec une description de quelque chose de bon que vous voyez dans la vie de cette personne.

- *Comment pouvons-nous garder notre vie saine et produire de bons fruits ?*

**Discutez avec Dieu :** En regardant votre dessin, remerciez Dieu pour chaque membre de la famille et priez pour une récolte abondante de bons fruits dans leur vie.

# JOUR 3

## Bougez



### Pompes en pyramides

Commencez par une pompe. Reposez-vous brièvement. Faites deux pompes et reposez-vous, puis trois pompes et reposez-vous. Continuez jusqu'à 10 pompes. Une fois que vous arrivez à 10, redescendez à un nouveau. Si vous faites toute la pyramide, vous aurez fait 100 pompes

Wow !

## Repos et Discussion



### Utile ou inutile

- *Nommez certains des objets les plus utiles dans votre maison. Nommez aussi les objets inutiles.*

Lisez Matthieu 7:19 -20.

Jésus veut que nous soyons féconds dans notre vie. Tenez chacun un morceau fruit en parlant ensemble en famille sur des façons de vivre des vies qui se soutiennent mutuellement, servent les autres et construisent le Royaume.

**Discutez avec Dieu** : Commencez par un moment de réflexion silencieuse alors que vous confessez à Dieu les fois où votre vie n'a pas produit le bon fruit dont Jésus parle ici. Priez ensemble pour la famille et les amis.

# Paroles de la semaine

Vous pouvez trouver ces mots dans une Bible en ligne gratuite ici à [Matthieu 7:15 -20](#) (Bible du Semeur).

**Passage biblique** — Matthieu 7:15 -20  
(Bible du Semeur)

« Gardez-vous des faux prophètes !  
Lorsqu'ils vous abordent, ils se donnent  
l'apparence d'agneaux mais, en réalité, ce  
sont des loups féroces. Vous les  
reconnaissez à leurs fruits. Est-ce que l'on  
cueille des raisins sur des buissons  
d'épines ou des figes sur des ronces ?  
<sup>17</sup>Ainsi, un bon arbre porte de bons fruits,  
un mauvais arbre produit de mauvais  
fruits. Un bon arbre ne peut pas porter de  
mauvais fruits, ni un mauvais arbre de  
bons fruits. <sup>19</sup>Tout arbre qui ne donne pas  
de bons fruits est arraché et jeté au  
feu. Ainsi donc, c'est à leurs fruits que  
vous les reconnaissez. »

## Astuce santé

Dormez suffisamment chaque jour.

Ne discutez pas de questions difficiles juste avant de vous coucher. Les soucis peuvent vous garder éveillé.



# Plus d'informations

Nous espérons que vous avez apprécié *family.fit fast* . Il a été réalisé par des bénévoles du monde entier. C'est gratuit !

Vous trouverez les sessions complètes de family.fit sur le site <https://family.fit>. Partagez-le avec d'autres.

Retrouvez les vidéos sur la [chaîne YouTube® family.fit](#)

Retrouvez-nous sur les réseaux sociaux ici :



Si vous traduisez ceci dans une autre langue, veuillez nous l'envoyer par courriel à [info@family.fit](mailto:info@family.fit) afin qu'il puisse être partagé avec d'autres personnes.

Merci.

*L'équipe family.fit*



## CONDITIONS GENERALES D'UTILISATION

### IMPORTANT A LIRE AVANT UTILISATION

En utilisant cette ressource, vous acceptez nos Conditions générales <https://family.fit/terms-and-conditions> telles que détaillées dans leur intégralité sur notre site Web. Ceux-ci régissent l'utilisation de cette ressource par vous et tous ceux qui pratiquent avec vous. Veuillez vous assurer que vous et tous ceux qui participent avec vous acceptez les présentes conditions générales dans leur intégralité. Si vous n'êtes pas d'accord avec ces conditions générales ou toute partie de ces conditions générales, vous ne devez pas utiliser cette ressource.





family.ft

