



THÈME DE LA SEMAINE DU 1^{er} JUIN 2026

*“APPRENDRE À POSER LES BONNES QUESTIONS: DEVENIR
VIGILANTE PAR LE DISCERNEMENT ET LA SAGESSE”*



Axe De Méditation 1: Saint-Esprit, permets-moi de comprendre la puissance d'une question

Axe De Méditation 2: Saint-Esprit, permets-moi de savoir quoi demander à Dieu et quand le demander pendant cette saison

Axe De Méditation 3: Saint-Esprit, permets-moi de comprendre ce que Dieu m'enseigne dans cette saison

Axe De Méditation 4: Seigneur, apprends-moi à poser les bonnes questions afin de marcher dans le discernement, la sagesse et l'accomplissement de ma destinée

Axe De Méditation 5: Saint-Esprit, permets-nous de développer un esprit de discernement afin de reconnaître la voix de Dieu, les saisons de Dieu et les personnes que Dieu place sur notre chemin

Axe De Méditation 6: Seigneur, renouvelle mon intelligence afin que mes questions produisent la croissance, la maturité spirituelle et la transformation

Axe De Méditation 7: Saint-Esprit, aide-moi à remplacer les questions de peur, de doute et de découragement par des questions de foi, de sagesse et d'espérance

1. Passages Bibliques à Lire

★ Job 38:1-14 (OST)

"Alors l'Éternel répondit à Job du sein de la tempête, et dit: 2. Qui est celui-ci qui obscurcit mes plans par des discours sans science? 3. Ceins donc tes reins comme un vaillant homme, je t'interrogerai, et tu m'instruiras. 4. Où étais-tu quand je jetais les fondations de la terre? Dis-le, si tu as de l'intelligence. 5. Qui en a réglé les mesures, si tu le sais, ou qui a étendu le niveau sur elle? 6. Sur quoi en a-t-on fait plonger les bases, ou qui en a posé la pierre angulaire, 7. Quand les étoiles du matin poussaient ensemble des cris de joie, et les fils de Dieu, des acclamations? 8. Et qui renferma la mer dans des portes, quand elle sortit en s'élançant du sein de la terre; 9. Quand je lui donnai la nuée pour vêtement, et l'obscurité pour langes; 10. Quand j'établis ma loi sur elle, quand je lui mis des verrous et des portes, 11. Et que je lui dis: Tu viendras jusqu'ici, et tu n'iras pas plus loin; ici s'arrêtera l'orgueil de tes flots? 12. Depuis que tu es au monde, as-tu commandé au matin, as-tu marqué à l'aurore sa place, 13. Pour qu'elle saisisse les extrémités de la terre, et que les méchants soient chassés? 14. La terre change de forme comme l'argile sous le cachet, et toutes choses se lèvent comme pour la vêtir."

★ Luc 11:1-4 (OST)

"Un jour que Jésus était en prière en un certain lieu, après qu'il eut achevé, un de ses disciples lui dit: Seigneur, enseigne-nous à prier, comme Jean l'a aussi enseigné à ses disciples. 2. Et il leur dit: Quand vous priez, dites: Notre Père qui es aux cieux; ton nom soit sanctifié; ton règne vienne; ta volonté soit faite sur la terre comme au ciel; 3. Donne-nous chaque jour notre pain quotidien; 4. Pardonne-nous nos péchés; car nous pardonnons aussi à tous ceux qui nous ont offensés; et ne nous induis point en tentation; mais délivre-nous du malin."

★ Genèse 3:8-13 (OST)

"Et ils entendirent la voix de l'Éternel Dieu, qui se promenait dans le jardin, au vent du jour. Et Adam et sa femme se cachèrent de devant la face de l'Éternel Dieu, au milieu des arbres du jardin. 9. Et l'Éternel Dieu appela Adam, et lui dit: Où es-tu? 10. Et il répondit: J'ai entendu ta voix dans le jardin, et j'ai craint, parce que je suis nu; et je me suis caché. 11. Et Dieu dit: Qui t'a montré que tu es nu? As-tu mangé de

l'arbre dont je t'avais ordonné de ne pas manger? 12. Et Adam répondit: La femme que tu as mise auprès de moi, m'a donné du fruit de l'arbre, et j'en ai mangé. 13. Et l'Éternel Dieu dit à la femme: Pourquoi as-tu fait cela? Et la femme répondit: Le serpent m'a séduite, et j'en ai mangé."

2. Réponds Avec Diligence Aux Questions De Ton Choix (5) Parmi Les Questions Suivantes En Un Audio (10 Min Maximum)

Q₀₁-)

- ★ Question : _____
- ★ Bonne Question: _____
- ★ Mauvaise Question : _____
- ★ Sagesse : _____
- ★ Discernement : _____

Q₀₂-) Quelles questions est-ce que je pose le plus souvent à Dieu? Mes questions révèlent-elles la foi ou la peur?

Q₀₃-) Ai-je développé une véritable dépendance envers Dieu? Est-ce que je cherche davantage les réponses ou la présence de Dieu?

Q₀₄-) Quels enseignements Dieu essaie-t-il de me faire comprendre actuellement? Quelles erreurs continuent à se répéter dans ma vie? Quels schémas de pensée doivent être renouvelés?

Q₀₅-) Qui influence le plus mes décisions? Ces personnes me rapprochent-elles de Dieu? Ai-je besoin de prendre certaines distances? Qui Dieu utilise-t-il pour me conseiller?

Q₀₆-) Qu'est-ce que Dieu m'appelle à devenir? Quels dons ai-je négligé? Quels obstacles sont réellement spirituels et lesquels proviennent de mauvaises décisions? Quelle est la prochaine étape de ma destinée?

3. Définition

- ★ **Question:** Une question est une demande d'information, de compréhension, de direction ou de clarification. Elle révèle souvent ce qui se trouve dans notre cœur, nos pensées et nos préoccupations. Une question est une porte qui

ouvre l'accès à une réponse, à une révélation ou à une solution. Exemple biblique : Dieu demanda à Adam : « Où es-tu ? » (Genèse 3:9).

★ **Bonne Question:** Une bonne question est une question qui nous rapproche de Dieu, produit la croissance spirituelle, favorise la sagesse et nous conduit vers la vérité. Exemple : « Seigneur, qu'essaies-Tu de m'enseigner dans cette saison ? »

★ **Mauvaise Question:** Une mauvaise question est une question qui nourrit la peur, la victimisation, la confusion ou le découragement. Exemple : « Pourquoi cela m'arrive-t-il toujours ? »

★ **Sagesse:** La sagesse est la capacité donnée par Dieu d'appliquer correctement la connaissance dans une situation donnée. Jacques 1:5 « Si quelqu'un manque de sagesse, qu'il la demande à Dieu. »

La sagesse répond souvent à quatre questions:

- Pourquoi ?
- Comment ?
- Quand ?
- Avec qui ?

★ **Discernement** : Le discernement est la capacité spirituelle de distinguer:

- le vrai du faux,
- le bien du mal,
- la voix de Dieu des autres voix,
- les bonnes opportunités des mauvaises.
- Le discernement nous protège de la confusion et de la séduction.

4. Mise En Contexte

Beaucoup de personnes pensent que leurs blocages viennent des sorciers, des circonstances, de leurs ennemis ou de leur passé. Mais aujourd'hui, Dieu nous interpelle avec une autre possibilité: et si le problème n'était pas seulement ce qui nous arrive, mais les questions que nous nous posons continuellement?

L'une des clés de la croissance spirituelle est d'apprendre à poser les bonnes questions. Dans toute la Bible, les hommes et les femmes qui ont reçu une révélation, une direction, une mission, une guérison ou une bénédiction ont souvent

commencé par une question. Une bonne question ouvre la porte à la sagesse de Dieu. Une mauvaise question peut nous maintenir dans la peur, le doute et la stagnation. Par exemple, Salomon n'a pas demandé la richesse; il a demandé la sagesse et Dieu lui a donné la sagesse, la richesse et l'honneur. Moïse a demandé à Dieu: « Quel est ton nom? » et il a reçu la révélation du « JE SUIS ». Gédéon a demandé pourquoi Israël souffrait malgré la présence de Dieu, et cette question l'a conduit à découvrir son appel de libérateur. Marie a demandé: « Comment cela se fera-t-il? » et elle a reçu une explication divine concernant la naissance de Jésus.

David demandait constamment à Dieu : « Dois-je poursuivre? » avant de prendre des décisions importantes, et Dieu lui donnait des stratégies pour remporter la victoire. Habacuc a demandé : « Jusqu'à quand? » et Dieu lui a donné une vision prophétique. Les disciples ont demandé à Jésus : « Seigneur, apprends-nous à prier », et ils ont reçu l'enseignement du Notre Père. Paul a demandé : « Seigneur, qui es-tu? » puis « Que veux-tu que je fasse? », et ces deux questions ont complètement transformé sa destinée.

Même Jésus, à l'âge de douze ans, était assis parmi les docteurs de la loi, les écoutant et leur posant des questions. Cela nous montre que les personnes sages ne cessent jamais d'apprendre.

Aujourd'hui, Dieu nous appelle à devenir des femmes de discernement et de sagesse. Au lieu de demander: « Pourquoi cela m'arrive-t-il? », nous devons apprendre à demander: « Seigneur ou papa, qu'essaies-tu de m'enseigner, que dois-je apprendre de tout ceci? » Au lieu de demander : « Pourquoi suis-je bloquée? », nous devons demander: « Quelle est la prochaine étape que Tu veux que je fasse? »

Les bonnes questions produisent de bonnes réponses. Les bonnes réponses produisent de bonnes décisions. Les bonnes décisions produisent une destinée accomplie.

Jacques 1:5 « Si quelqu'un d'entre vous manque de sagesse, qu'il la demande à Dieu, qui donne à tous simplement et sans reproche, et elle lui sera donnée. »

Pendant ce thème, nous dirons Seigneur, apprends-moi à poser les bonnes questions. Donne-moi un esprit de sagesse, de discernement et de révélation afin que je marche dans Ta volonté et que j'accomplisse pleinement ma destinée. Amen.

5. Introduction Du Thème

Avant de parler des bonnes questions et des mauvaises questions, il est important de comprendre ce qu'est réellement une question et pourquoi elle joue un rôle si important dans notre vie spirituelle, émotionnelle, intellectuelle et même physique.

Qu'est-ce qu'une question?

De manière générale, une question est une demande d'information, de clarification, de compréhension ou de direction. Elle est l'expression d'un besoin de savoir, de comprendre ou de découvrir quelque chose qui nous est encore inconnu.

Une question est une porte qui s'ouvre vers une réponse.

Elle révèle souvent ce qui occupe notre pensée, nos préoccupations, nos croyances et nos attentes.

Nos questions révèlent parfois davantage notre cœur que nos réponses.

Définition scientifique

Dans les sciences cognitives, une question est considérée comme un mécanisme qui active la recherche d'informations dans le cerveau.

Lorsqu'une personne pose une question, son cerveau entre automatiquement dans un processus de recherche de réponses. Les neuroscientifiques expliquent que le cerveau déteste les zones d'incertitude et cherche naturellement à combler les espaces vides.

Par exemple, lorsqu'une personne se demande : « Pourquoi suis-je toujours rejetée? ». Son cerveau commence immédiatement à rechercher des preuves pour confirmer cette pensée.

À l'inverse, lorsqu'elle demande: « Que puis-je apprendre de cette situation? ». Le cerveau recherche des solutions, des leçons et des opportunités de croissance. Ainsi, la qualité de nos questions influence directement la qualité de nos pensées.

Définition psychologique

En psychologie, les questions influencent notre perception de la réalité. Une question agit comme un filtre mental. Elle détermine ce sur quoi nous concentrons notre attention.

Par exemple :

Une personne qui demande constamment : « Pourquoi rien ne fonctionne dans ma vie ? » aura tendance à remarquer davantage ses échecs.

Une personne qui demande : « Quelles bénédictions Dieu m'a-t-Il déjà accordées ? » sera davantage attentive aux signes de grâce, de progrès et de reconnaissance.

Les psychologues parlent souvent de « biais d'attention », c'est-à-dire notre tendance à voir ce que nous cherchons consciemment ou inconsciemment.

- Nos questions dirigent donc notre attention.
- Notre attention influence nos émotions.
- Nos émotions influencent nos décisions.
- Nos décisions influencent notre destinée.

Définition contextuelle

Dans la vie quotidienne, une question sert à:

- comprendre une situation;
- résoudre un problème;
- prendre une décision;
- apprendre;
- développer une relation ;
- obtenir une direction.

👉 Les leaders posent des questions.

👉 Les chercheurs posent des questions.

👉 Les enseignants posent des questions.

👉 Les enfants apprennent en posant des questions.

👉 Une personne qui cesse de poser des questions cesse souvent de progresser.

👉 Effet psychologique des questions

Les questions ont un pouvoir immense sur notre état émotionnel. Certaines questions produisent:

- l'anxiété;
- la peur;
- le découragement;
- la culpabilité;
- la frustration.

Par exemple : « Pourquoi suis-je toujours un échec? ». Cette question pousse l'esprit vers la condamnation.

D'autres questions produisent:

- l'espoir ;
- la réflexion ;
- la croissance ;
- la résilience ;
- la créativité.

Par exemple : « Quelle est la prochaine étape que je peux faire aujourd'hui ? ».

Cette question oriente l'esprit vers l'action.

Effet spirituel des questions

Dans la Bible, les questions sont souvent le point de départ d'une rencontre avec Dieu. Regardons ces cas attentivement.

- 👉 Dieu pose des questions à Adam.
- 👉 Dieu pose des questions à Élie.
- 👉 Jésus pose des questions à ses disciples.
- 👉 Les disciples posent des questions à Jésus.

Pourquoi?

Parce qu'une question ouvre la porte à une révélation ou à une information nouvelle, même à un mystère ou quelque chose qui n'était pas connue. Une question sincère peut produire:

- une visitation;
- une direction;
- une guérison;
- une transformation;
- une destinée.

La Bible nous montre que les personnes qui ont grandi avec Dieu étaient souvent des personnes qui cherchaient à comprendre.

La bonne question, c'est quoi ? Une bonne question est une question qui :

- nous rapproche de Dieu ;
- nous rapproche de la vérité ;
- produit la sagesse ;
- produit la croissance ;
- nous rend responsables ;
- nous aide à avancer.

Une mauvaise question nous enferme dans le problème. Une bonne question nous rapproche de la solution. Par exemple:

✗ Pourquoi moi ?

✓ Seigneur, qu'essaies-Tu de m'enseigner?

✗ Pourquoi suis-je bloquée?

✓ Quelle est la prochaine étape que je dois entreprendre?

✗ Pourquoi Dieu m'a-t-Il oubliée?

✓ Que fait Dieu dans cette saison de ma vie?

Conclusion

Les questions ne sont pas de simples phrases.

- Elles orientent nos pensées.
- Elles façonnent nos émotions.
- Elles influencent nos décisions.
- Elles déterminent souvent notre avenir.

6. Objectif Du Thème

L'objectif de ce thème est d'amener chaque femme à développer le discernement spirituel et la sagesse divine afin de mieux comprendre les saisons de sa vie, reconnaître la volonté de Dieu et prendre des décisions alignées avec sa destinée.

Dans cette saison et ce nouveau mois où Dieu nous appelle à devenir vigilantes, nous apprendrons à remplacer les questions de peur par des questions de foi, les questions de victime par des questions de croissance, et les questions de confusion par des questions qui nous conduisent à la vérité de Dieu.

À travers cet enseignement, nous chercherons à renouveler notre intelligence, à développer une pensée guidée par le Saint-Esprit et à adopter une attitude qui favorise la croissance spirituelle, la maturité et l'accomplissement de notre destinée en Christ.

7. Activités Et Exercice Pratique À Faire

(Les monitrices du samedi doivent choisir une activité à partager avec les enfants)

★ **Pour les femmes**

- **Activité pour les femmes 1: Transformer les mauvaises questions en questions de croissance**

Chaque femme ou jeune fille est invitée à réfléchir à une situation difficile qu'elle traverse actuellement. Ensuite, elle identifie les questions qu'elle se pose souvent, telles que : « Pourquoi cela m'arrive-t-il toujours ? », « Pourquoi suis-je rejetée ? » ou encore « Pourquoi Dieu m'a-t-il oubliée ? ».

Après ce temps de réflexion, encouragez chaque participante à remplacer ces questions par des questions de croissance, telles que : « Seigneur, qu'essaies-tu de m'enseigner ? », « Que développes-tu en moi dans cette saison ? » ou « Quelle promesse dois-je saisir aujourd'hui ? ».

Chaque participante peut ensuite partager avec le groupe une mauvaise question qu'elle décide d'abandonner ainsi qu'une nouvelle question qu'elle choisit désormais de poser à Dieu.

Cette activité aide les femmes à renouveler leur intelligence, à développer leur discernement et à adopter une perspective fondée sur la sagesse divine.

- **Activité pour les femmes 2: Les questions de destinée**

Les femmes sont invitées à prendre un moment de méditation personnelle avec leur Bible et un carnet. Chacune est encouragée à réfléchir et à répondre à plusieurs questions liées à sa destinée, telles que : « Que suis-je devenue à cause de mes expériences ? », « Que veut Dieu que je devienne ? », « Quel domaine de ma vie nécessite davantage de sagesse ? », « Quelle relation dois-je réévaluer ? » et « Quelle porte Dieu me demande-t-Il d'ouvrir ou de fermer ? ».

Après quelques minutes de réflexion, de méditation et de prière, les femmes sont invitées à partager avec le groupe ce que le Seigneur leur a révélé, les leçons qu'elles ont apprises ainsi que les actions concrètes qu'elles souhaitent entreprendre. Cette activité favorise l'introspection, le discernement spirituel, la connaissance de soi et l'alignement avec la volonté de Dieu pour leur vie.

★ Pour les enfants

- **Activité pour les enfants 1: Les bonnes questions de la Bible**

Racontez aux enfants l'histoire d'Adam dans le jardin d'Éden lorsque Dieu lui demande : « Adam, où es-tu ? » (Genèse 3:9), ainsi que celle d'Élie lorsque Dieu lui demande : « Que fais-tu ici, Élie ? » (1 Rois 19:9). Expliquez-leur que Dieu

connaissait déjà les réponses, mais qu'il posait ces questions pour aider Adam et Élie à réfléchir à leur situation. Ensuite, demandez aux enfants : « Pourquoi Dieu pose-t-Il des questions ? », « Que pouvons-nous apprendre de ces histoires ? » et « Quelle question Dieu pourrait-Il te poser aujourd'hui ? ». Cette activité leur apprend que les questions de Dieu nous aident à grandir et à mieux Le connaître.

- ***Activité pour les enfants 2: Le coffre au trésor des bonnes questions***

Préparez une boîte appelée « Le coffre au trésor des bonnes questions ». À l'intérieur, placez plusieurs situations écrites sur des papiers, par exemple : « J'ai échoué à un examen », « Mon ami m'a blessé », « J'ai peur », « Je suis triste » ou « Personne ne veut jouer avec moi ». Chaque enfant tire une situation et doit remplacer une mauvaise question par une bonne question. Par exemple, au lieu de demander : « Pourquoi personne ne m'aime ? », il pourra dire : « Seigneur, comment puis-je montrer ton amour aujourd'hui ? ». Au lieu de demander : « Pourquoi ai-je échoué ? », il pourra dire : « Que puis-je apprendre pour mieux réussir la prochaine fois ? ». Cette activité montre aux enfants que les bonnes questions nous rapprochent de Dieu et nous aident à trouver des solutions plutôt que de rester bloqués dans nos problèmes.

Nous nous retrouvons sur Startmeeting

Code: femme

Pour nos quatres séances de prières: Afrique Centrale/Paris (06h, 11h, 17h, 23h)

NY/Canada (01h, 06h, 12h, 18h)