



V. Des schémas pour nos relations

1. Le matériel à disposition

- > Manfred Engeli, *Makarios ou en route vers le bonheur*, Saint-Prex, Je Sème, 2017, p. 43 à 58.
- > Cinquième émission Vitamine B sur le DVD (durée : 12'52).
- > Youtube : <http://bit.ly/2zs004C>



2. Retour sur la dernière fois

- > Qu'avez-vous retenu de la rencontre « ...et son prochain comme soi-même » ?

3. Visionner l'émission

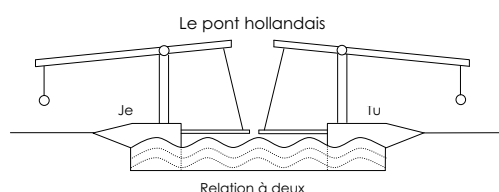
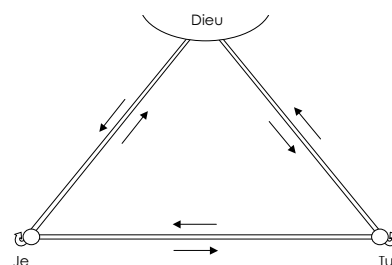
4. Le texte

Si quelqu'un dit : « J'aime Dieu », et qu'il hâisse son frère, c'est un menteur. En effet, celui qui n'aime pas son frère qu'il voit, ne peut pas aimer Dieu qu'il ne voit pas. Et voici le commandement que nous tenons de lui : celui qui aime Dieu, qu'il aime aussi son frère...

(1 Jean 4.20-21 TOB)

5. L'étude

- 👁 Expliquez 1 Jean 4.20-21 avec l'aide du triangle relationnel ?
 - 🗨 En quoi la personne de Dieu est-elle nécessaire dans la relation à son prochain ?
 - ✍ De quelle manière pouvez-vous faire intervenir Dieu dans vos relations ?
 - 🗨 Quels sont les mécanismes d'une relation selon le schéma du pont hollandais ?





- Quels sont les points positifs et négatifs de votre liberté à lever votre moitié de pont ?
 - ✍ Comment fonctionne ce pont dans vos relations ? Avez-vous tendance à le laisser en haut ou en bas ?
- Décrivez le processus de digestion des émotions qui circulent dans les relations selon la section « Apprendre à digérer » (p. 51 s).
- ☞ Dans la section « Démêler nos relations », quelles sont les 3 attitudes intérieures à développer ?
 - ✍ Comment prêtez-vous attention à vos interprétations (justes ou fausses) et à vos jugements ?

6. Méditation et prière

Pas concret

- > Réfléchissez à une personne avec laquelle vous voudriez améliorer votre relation. Invitez Dieu à entrer dans ce lien et à agir.

Verset à méditer

Rejetez donc toute méchanceté et toute ruse, toute forme d'hypocrisie, d'envie et de médisance. Comme des enfants nouveau-nés, désirez le lait pur de la parole afin que, par lui, vous grandissiez pour le salut, « si vous avez goûté que le Seigneur est bon ».

(1 Pierre 2.1-3 TOB)

7. Pour la prochaine fois

- > Lire le chapitre 6 de *Makarios*, p. 59 à 71.
- > Lire Galates 5.13.