

---

category: Vie Chrétienne context: " date: 2011-04-09 description: 'Élever des mains pures : Le geste qui change tout « Je veux donc que les hommes prient en tout lieu, en élevant des mains pures, sans colère ni mauvaises pensées' tags: - Prière - Sanctification - Intercession - Service - Combat Spirituel title: 'Élever des mains pures : Le geste qui change tout'

---

## **Élever des mains pures : Le geste qui change tout**

« Je veux donc que les hommes prient en tout lieu, en élevant des mains pures, sans colère ni mauvaises pensées. » (1 Timothée 2 : 8)

## **Prière d'ouverture**

Seigneur Jésus, nous nous approchons de Toi aujourd'hui avec humilité. Nous voulons comprendre la puissance que Tu as placée dans nos mains lorsqu'elles sont tournées vers Toi. Purifie nos cœurs, fortifie nos membres fatigués et enseigne-nous à être des canaux de Ta bénédiction et de Ta victoire. Que ce moment de partage nous transforme. Amen.

## **Brise-glace : "Le miroir des mains"**

Tous les participants se mettent par deux, face à face. L'un est le "guide", l'autre est le "miroir". Le guide bouge ses mains lentement (en prière, en bénédiction, en travail, en signe de victoire) et le miroir doit imiter exactement ses gestes sans parler. Après 1 minute, on échange les rôles. Leçon : Nos mains traduisent ce qui se passe dans notre cœur et doivent refléter le caractère de Christ.

## **Présentation du thème**

Dans la Bible, les mains ne sont pas seulement des outils physiques ; elles sont le prolongement de notre âme. Élever les mains, c'est à la fois un signe de reddition (comme un prisonnier qui se rend), d'adoration (comme un enfant vers son père) et d'autorité (comme Moïse sur la colline). Cependant, pour que ce geste soit puissant, Dieu demande des "mains pures". La pureté ne signifie pas la perfection, mais un cœur sans colère, sans duplicité et tourné vers l'action juste. Que ce soit pour la prière, le combat spirituel ou le service aux autres, nos mains sont les instruments par lesquels le ciel touche la terre.

---

### **Groupe 1 : Les mains tournées vers le Ciel (Adoration et Pureté)**

Sous-thème : La dimension spirituelle de la sanctification et de la louange.

## Fiche 1.1 : Le signe de l'abandon total

- Verset clé : « Approchez-vous de Dieu, et il s'approchera de vous. Nettoyez vos mains, pécheurs ; purifiez vos cœurs, hommes irrésolus. » (Jacques 4 : 8)
  - Explication : Lever les mains, c'est se rendre à Dieu sans rien cacher dans ses paumes.
  - Réflexion : Pourquoi est-il difficile de "lever les mains" quand on est en colère ? Réponse suggérée : La colère nous pousse à fermer les poings pour frapper ou retenir, alors que Dieu demande l'ouverture. Que signifie "nettoyer ses mains" concrètement aujourd'hui ? Réponse suggérée : Se repentir des actions injustes et choisir de ne plus pratiquer le mal.
  - Pourquoi est-il difficile de "lever les mains" quand on est en colère ? Réponse suggérée : La colère nous pousse à fermer les poings pour frapper ou retenir, alors que Dieu demande l'ouverture.
  - Que signifie "nettoyer ses mains" concrètement aujourd'hui ? Réponse suggérée : Se repentir des actions injustes et choisir de ne plus pratiquer le mal.
  - Citation : « Dieu ne cherche pas de mains d'or, mais des mains propres. » — D. L. Moody
  - Activité créative : Tracez le contour de votre main sur une feuille et écrivez à l'intérieur une chose que vous voulez abandonner à Dieu aujourd'hui.
  - Défi pratique : Cette semaine, dès qu'une pensée de colère surgit, ouvrez vos mains physiquement vers le ciel pour demander la paix de Dieu.
-

## Fiche 1.2 : La bénédiction contagieuse

- Verset clé : « Il les conduisit jusque vers Béthanie, et, ayant levé les mains, il les bénit. » (Luc 24 : 50)
  - Explication : Le dernier geste de Jésus sur terre fut de lever les mains pour bénir Ses disciples.
  - Réflexion : Quel effet cela a-t-il produit sur les disciples (v. 52-53) ? Réponse suggérée : Une grande joie et un désir continué d'adorer Dieu dans le temple. Pouvons-nous bénir les autres si nos mains sont "sales" spirituellement ? Réponse suggérée : La bénédiction perd de sa force si notre témoignage est en contradiction avec nos paroles.
  - Quel effet cela a-t-il produit sur les disciples (v. 52-53) ? Réponse suggérée : Une grande joie et un désir continué d'adorer Dieu dans le temple.
  - Pouvons-nous bénir les autres si nos mains sont "sales" spirituellement ? Réponse suggérée : La bénédiction perd de sa force si notre témoignage est en contradiction avec nos paroles.
  - Citation : « La bénédiction de Dieu ne vient pas seulement sur nous, elle doit couler à travers nous. » — Billy Graham
  - Activité créative : Formez un cercle et, chacun à votre tour, levez les mains vers la personne à votre droite en citant une de ses qualités.
  - Défi pratique : Appelez ou envoyez un message à quelqu'un cette semaine uniquement pour lui dire une parole de bénédiction.
-

## Fiche 1.3 : Veilleurs dans la nuit

- Verset clé : « Élevez vos mains vers le sanctuaire, et bénissez l'Éternel ! » (Psaume 134 : 2)
  - Explication : La louange ne dépend pas de nos émotions, mais de notre position de serviteur, même "pendant les nuits".
  - Réflexion : Que représente la "nuit" dans notre vie spirituelle ? Réponse suggérée : Les temps d'épreuve, de doute ou de solitude. Pourquoi lever les mains vers le sanctuaire ? Réponse suggérée : Pour focaliser notre attention sur la présence de Dieu plutôt que sur nos problèmes.
  - Que représente la "nuit" dans notre vie spirituelle ? Réponse suggérée : Les temps d'épreuve, de doute ou de solitude.
  - Pourquoi lever les mains vers le sanctuaire ? Réponse suggérée : Pour focaliser notre attention sur la présence de Dieu plutôt que sur nos problèmes.
  - Citation : « Un chrétien qui ne loue pas Dieu est comme un oiseau qui a des ailes mais qui refuse de voler. » — Charles Spurgeon
  - Activité créative : Dessinez un sanctuaire (temple) au centre d'une feuille et tout autour, dessinez des mains levées représentant chaque membre de votre famille.
  - Défi pratique : Prenez 5 minutes chaque soir avant de dormir pour élever les mains et remercier Dieu pour trois choses précises.
-

## Fiche 1.4 : Fortifier ce qui est faible

- Verset clé : « Fortifiez donc vos mains languissantes et vos genoux affaiblis. » (Hébreux 12 : 12)
  - Explication : La vie chrétienne peut être épuisante ; Dieu nous appelle à nous ressaisir et à nous entraider.
  - Réflexion : Qu'est-ce qui rend nos mains "languissantes" (fatiguées) ? Réponse suggérée : Le découragement, le manque de résultats visibles ou la routine. Comment se fortifier mutuellement ? Réponse suggérée : Par l'encouragement, la prière commune et le rappel des promesses de Dieu.
  - Qu'est-ce qui rend nos mains "languissantes" (fatiguées) ? Réponse suggérée : Le découragement, le manque de résultats visibles ou la routine.
  - Comment se fortifier mutuellement ? Réponse suggérée : Par l'encouragement, la prière commune et le rappel des promesses de Dieu.
  - Citation : « Ne craignez pas les vents de l'adversité. Rappelez-vous que l'avion décolle face au vent, pas avec lui. » — Corrie ten Boom
  - Activité créative : Ensemble, mimez le geste de relever quelqu'un qui est à terre en lui tenant les mains.
  - Défi pratique : Identifiez une personne découragée dans votre entourage et proposez-lui de prier avec elle cette semaine.
-

## Fiche 1.5 : La promesse de Sion

- Verset clé : « En ce jour-là, on dira à Jérusalem : Ne crains rien ! Sion, que tes mains ne s'affaiblissent pas ! » (Sophonie 3 : 16)
  - Explication : Dieu nous donne l'assurance que Son amour bannit la crainte, nous redonnant la force d'agir.
  - Réflexion : Quel est le lien entre la crainte et l'affaiblissement des mains ? Réponse suggérée : La peur nous paralyse et nous empêche d'agir ou de prier avec foi. Comment le fait de savoir que Dieu est au milieu de nous change-t-il notre posture ? Réponse suggérée : Nous passons d'une position de défaite à une position d'assurance.
  - Quel est le lien entre la crainte et l'affaiblissement des mains ? Réponse suggérée : La peur nous paralyse et nous empêche d'agir ou de prier avec foi.
  - Comment le fait de savoir que Dieu est au milieu de nous change-t-il notre posture ? Réponse suggérée : Nous passons d'une position de défaite à une position d'assurance.
  - Citation : « La foi commence là où l'orgueil finit. » — Saint Augustin
  - Activité créative : Écrivez "NE CRAINS RIEN" en grandes lettres et décorez-le avec des empreintes de doigts colorées.
  - Défi pratique : Récitez ce verset à voix haute chaque matin au réveil pour chasser toute appréhension de la journée.
- 

## Groupe 2 : Les mains en action (Puissance et Service)

Sous-thème : L'usage des mains pour le combat, la guérison et le travail.

## Fiche 2.1 : L'intercession victorieuse

- Verset clé : « Lorsque Moïse élevait sa main, Israël était le plus fort ; et lorsqu'il baissait sa main, Amalek était le plus fort. » (Exode 17 : 11)
  - Explication : Nos prières ont un impact direct sur les combats que mènent les autres (nos "Josué" sur le terrain).
  - Réflexion : Pourquoi Moïse avait-il besoin de la "verge de Dieu" dans sa main ? Réponse suggérée : Pour symboliser que la puissance vient de Dieu et non de lui-même. Qui sont les "Amalek" modernes contre lesquels nous devons prier ? Réponse suggérée : Les tentations, les injustices, les maladies ou les divisions.
  - Pourquoi Moïse avait-il besoin de la "verge de Dieu" dans sa main ? Réponse suggérée : Pour symboliser que la puissance vient de Dieu et non de lui-même.
  - Qui sont les "Amalek" modernes contre lesquels nous devons prier ? Réponse suggérée : Les tentations, les injustices, les maladies ou les divisions.
  - Citation : « Vous pouvez faire plus que prier après avoir prié, mais vous ne pouvez pas faire plus que prier tant que vous n'avez pas prié. » — John Wesley
  - Activité créative : Construisez une petite pyramide humaine ou tenez-vous les mains en l'air ensemble pour montrer la force de l'unité.
  - Défi pratique : Choisissez un "missionnaire" ou un responsable de l'église et priez spécifiquement pour son combat cette semaine.
-

## Fiche 2.2 : Soutenir les leaders

- Verset clé : « Aaron et Hur soutenaient ses mains, l'un d'un côté, l'autre de l'autre ; et ses mains restèrent fermes jusqu'au coucher du soleil. » (Exode 17 : 12)
  - Explication : Personne ne peut porter seul le fardeau du ministère ; nous avons besoin d'Aaron et de Hur.
  - Réflexion : Pourquoi Moïse a-t-il accepté l'aide des autres au lieu de vouloir être un super-héros ? Réponse suggérée : Par humilité et parce qu'il reconnaissait ses limites physiques. Comment pouvons-nous "soutenir les mains" de nos parents ou responsables aujourd'hui ? Réponse suggérée : En prenant des responsabilités pratiques et en les encourageant.
  - Pourquoi Moïse a-t-il accepté l'aide des autres au lieu de vouloir être un super-héros ? Réponse suggérée : Par humilité et parce qu'il reconnaissait ses limites physiques.
  - Comment pouvons-nous "soutenir les mains" de nos parents ou responsables aujourd'hui ? Réponse suggérée : En prenant des responsabilités pratiques et en les encourageant.
  - Citation : « Personne n'est aussi grand que lorsqu'il s'agenouille pour aider un enfant. » — C. S. Lewis
  - Activité créative : Prenez une pierre (ou un objet lourd) et essayez de la tenir à bout de bras. Puis, demandez à deux personnes de vous soutenir les bras. Discutez de la différence.
  - Défi pratique : Proposez une aide concrète (ménage, aide technique, repas) à un responsable cette semaine.
-

## Fiche 2.3 : Les mains qui guérissent

- Verset clé : « Ils imposeront les mains aux malades, et les malades seront guéris. » (Marc 16 : 18)
  - Explication : Dieu utilise nos mains physiques pour transmettre Sa puissance miraculeuse de guérison.
  - Réflexion : Est-ce la main qui guérit ou la foi au nom de Jésus ? Réponse suggérée : C'est le nom de Jésus, la main n'est que le point de contact. Pourquoi l'imposition des mains est-elle importante ? Réponse suggérée : C'est un acte d'obéissance et de compassion qui manifeste l'amour de Dieu de manière tangible.
  - Est-ce la main qui guérit ou la foi au nom de Jésus ? Réponse suggérée : C'est le nom de Jésus, la main n'est que le point de contact.
  - Pourquoi l'imposition des mains est-elle importante ? Réponse suggérée : C'est un acte d'obéissance et de compassion qui manifeste l'amour de Dieu de manière tangible.
  - Citation : « Je ne suis qu'un petit crayon dans la main d'un Dieu écrivain, qui envoie une lettre d'amour au monde. » — Mère Teresa (adapté)
  - Activité créative : Sans se toucher (par respect des règles sanitaires ou sociales), tendez les mains vers un espace vide et priez pour les malades que vous connaissez.
  - Défi pratique : Si quelqu'un se plaint d'une douleur cette semaine, demandez-lui poliment : "Puis-je prier pour toi en t'imposant les mains ?"
-

## Fiche 2.4 : La transmission de l'Esprit

- Verset clé : « Lorsque Paul leur eut imposé les mains, le Saint-Esprit vint sur eux, et ils parlaient en langues et prophétisaient. » (Actes 19 : 6)
  - Explication : L'imposition des mains fait partie des fondements de la foi pour transmettre l'onction et les dons spirituels.
  - Réflexion : Pourquoi Dieu utilise-t-il un geste humain pour donner Son Esprit ? Réponse suggérée : Pour montrer que nous sommes un seul corps et que nous avons besoin les uns des autres. Quel était l'objectif de Paul en faisant cela ? Réponse suggérée : Équiper les croyants pour qu'ils soient des témoins puissants.
  - Pourquoi Dieu utilise-t-il un geste humain pour donner Son Esprit ? Réponse suggérée : Pour montrer que nous sommes un seul corps et que nous avons besoin les uns des autres.
  - Quel était l'objectif de Paul en faisant cela ? Réponse suggérée : Équiper les croyants pour qu'ils soient des témoins puissants.
  - Citation : « L'onction ne s'apprend pas, elle se transmet et se cultive dans la présence de Dieu. » — Kathryn Kuhlman
  - Activité créative : Faites passer une bougie éteinte (ou un témoin) de main en main pour symboliser la transmission de la flamme de l'Évangile.
  - Défi pratique : Priez pour que Dieu vous utilise pour "transmettre" Sa paix ou Sa joie à un camarade ou collègue.
-

## Fiche 2.5 : Des mains travailleuses et généreuses

- Verset clé : « Que celui qui dérobait ne dérobe plus ; mais plutôt qu'il travaille, en faisant de ses mains ce qui est bien, pour avoir de quoi donner. » (Éphésiens 4 : 28)
  - Explication : La pureté des mains se voit aussi dans notre honnêteté et notre travail quotidien.
  - Réflexion : Quelle est la destination finale du fruit de notre travail selon ce verset ? Réponse suggérée : Le don à celui qui est dans le besoin. Pourquoi le travail manuel ou intellectuel est-il spirituel ? Réponse suggérée : Parce qu'il reflète le Dieu Créateur et nous permet d'être des canaux de Sa provision.
  - Quelle est la destination finale du fruit de notre travail selon ce verset ? Réponse suggérée : Le don à celui qui est dans le besoin.
  - Pourquoi le travail manuel ou intellectuel est-il spirituel ? Réponse suggérée : Parce qu'il reflète le Dieu Créateur et nous permet d'être des canaux de Sa provision.
  - Citation : « Travaillez comme si tout dépendait de vous, et priez comme si tout dépendait de Dieu. » — William Booth
  - Activité créative : Listez sur une affiche 5 métiers différents et écrivez comment chacun peut "faire ce qui est bien" avec ses mains.
  - Défi pratique : Faites une action concrète avec vos mains (jardinage, cuisine, nettoyage, bricolage) pour servir gratuitement quelqu'un d'autre.
-

## Conclusion commune

Synthèse : Nos mains sont des outils extraordinaires. Levées vers Dieu, elles nous sanctifient et nous donnent la victoire. Étendues vers les autres, elles apportent la guérison, le soutien et la bénédiction. Mais pour qu'elles soient efficaces, elles doivent rester "pures" : exemptes de colère, de malhonnêteté et de paresse. Que nous soyons des Moïse en prière ou des serviteurs en action, n'oublions jamais que c'est Jésus qui combat à travers nous.

Prière finale : Seigneur, merci pour ce que Tu nous as enseigné. Nous Te donnons nos mains. Qu'elles soient toujours prêtes à T'adorer, promptes à servir et fermes dans le combat. Purifie-nous de tout ce qui alourdit nos bras. Que chaque geste que nous ferons cette semaine témoigne de Ta présence en nous. Au nom de Jésus, Amen !