



# DÉCEMBRE 2025

# LETTRE DE NOUVELLES

lecep.org | contact@lecep.org

## COMMENT PRIER TOUT AU LONG DE LA JOURNÉE

### 40 jours de prière - Semaine 5

Ephésiens 6 v 18 "Faites en tout temps, par l'Esprit, toutes sortes de prières et de supplications, veillez à cela avec une entière persévérence et en priant pour tous les saints"

Il n'y a pas de limites aux sujets de prière. Dieu est toujours à l'écoute et le livre des psaumes est une source d'inspiration pour nos prières quotidiennes. Si nous prions autant que nous nous inquiétons, alors nous serons beaucoup moins inquiets ! Il y a les prières spontanées et les prières planifiées.

#### 1) Avoir une conversation permanente avec Dieu

1 Thess. 5 v 17 "priez sans cesse, rendez grâce en tout chose car c'est à votre égard la volonté de Dieu en Jésus-Christ".

De la même manière que nous nous parlons à nous-même intérieurement constamment, adressons-nous aussi à Dieu par la pensée et la parole : c'est la communion ou la prière conversationnelle non formelle, non préparée. Lorsque nous ressentons quelque chose qui nous inquiète ou nous réjouit, partageons cette pensée avec Dieu, qui s'intéresse et attend ces partages amenant à une communion et une intimité.

#### 2) Prévoir des temps de prière tout au long de la journée

C'est la prière planifiée comme à l'exemple de Daniel, dans l'ancien testament, trois fois par jour, il se mettait à genoux et dans le psaume 119 v 164, David dit "sept fois par jour, je te célébrerai".

Pendant très longtemps, dans notre pays, les gens avaient un temps de recueillement chaque fois que la cloche de l'église du village sonnait, c'était l'angélus, matin, midi et soir.

#### 3) La méthode de prière du "Notre Père"

En voyant Jésus prier, les disciples lui ont demandé : "enseigne-nous à prier, comme Jean l'a appris à ses disciples" (Luc 11 v 1 à 4).

C'est un modèle de prière, pas une récitation ou une recette, car elle deviendrait rapidement une vaine répétition. C'est un exemple, c'est de cette façon qu'il faut prier, sans forcément dire les mêmes mots. Il y a 7 phases dans cette prière et l'on peut s'inspirer de chacune de ces phases pour accompagner notre journée.

##### - Notre Père qui est aux cieux

Jacques 1 v 17 "tout bienfait et tout don parfait viennent d'en haut, du Père des lumières". Genèse 24 v 3. 2 chroniques 6 v 27.

##### - Que ton nom soit sanctifié

Son nom représente sa personne et sa personnalité. Je réfléchis aux différents noms de Dieu et aux promesses que ces noms impliquent ex : Yahvé, Rapha, Shalom ou Jihré.

##### - que ton règne vienne

Aujourd'hui, dans ma vie, dans ma situation, dans mes projets et sur la terre entière. Luc 1 v 33 : son règne n'aura pas de fin.

##### - que ta volonté soit faite

Matthieu 6 v 33. Colossiens 1 v 9. 1 Jean 5 v 14 "si nous demandons quelque chose selon sa volonté...Il nous écoute..." Là où la volonté de Dieu est faite, le royaume est là.

##### - donne-nous aujourd'hui notre pain quotidien

Philippiens 4 v 6 "ne vous inquiétez de rien mais en toutes choses, par la prière et la supplication, avec des actions de grâce, faites connaître à Dieu vos demandes" Le pain quotidien : tout ce dont j'ai besoin aujourd'hui, à l'image des Hébreux qui recevaient du ciel la manne chaque jour. Jean 14 v 13 "Et tout ce que vous demanderez en mon nom..." Le pain quotidien est une image de Jésus, le pain de vie, dont nous avons besoin chaque jour.

##### - pardonne-nous nos offenses comme nous pardonnons aussi à ceux qui nous ont offensés

Psaume 32 v 5. Matthieu 6 v 14 et 15 "Si vous pardonnez aux hommes leurs offenses, votre Père céleste vous pardonnera aussi, mais si vous ne pardonnez pas, votre Père ne vous pardonnera pas non plus vos offenses". Jacques 5 v 16.

##### - ne nous laissez pas entrer en tentation (dans les épreuves) mais délivrez-nous du mal

1 Corinthiens 10 v 13 "aucune tentation (épreuve) ne vous est survenue qui n'aït été humaine et Dieu qui est fidèle, ne permettra pas que vous soyez tentés (éprouvés) au-delà de vos forces, mais Il vous donnera le moyen d'en sortir pour que vous puissiez la supporter". Luc 22 v 46. Galates 6 v 1. Jacques 1 v 14 à 15.

**4) La prière du Notre Père n'est pas qu'un simple rituel**, c'est un modèle de vie, une aide permanente qui nous rapproche de Dieu, pour avoir d'avantage de force dans notre vie quotidienne et de persévérence jusqu'au bout dans une confiance inébranlable en Dieu. Car, c'est à lui, qu'appartiennent le règne, la puissance et la gloire aux siècles des siècles !

Alain JAMEY

## Pistes de réflexion et de discussion lors de votre temps en groupe de maison :

- Quelle forme a ma prière habituelle : rituelle, planifiée, conversationnelle, désordonnée, méditative, créative, spontanée... ?
- A qui t'adresses-tu le plus souvent en priant : Père, Fils et/ou Saint-Esprit ?
- Lectures : Colossiens 1 v 9 à 11 et Philippiens 1 v 3 à 5
- Ne pas cesser de prier pour une personne ou une situation : concrètement, quelle est ton expérience ?

# INFOS PRATIQUES

Alain Jamey 06 86 08 84 03 | Jonathan Yoder 06 52 98 77 49 | www.lecep.org | contact@lecep.org

- Cette lettre mensuelle est disponible sur le site de l'église ou par mail sur simple demande

- Des prédications sont disponibles sur : [www.lecep/podcastlecep/](http://www.lecep/podcastlecep/) avec le mot de passe : dieutaime

Vos dons pour l'église : RIB : Eglise Le Cep | IBAN : FR76 1027 8078 0000 0212 4740 136 | BIC : CMCFR2A

Pour l'Entraide RIB : Entraide | IBAN : FR76 1027 8078 0000 0200 7100 185 | BIC : CMCFR2A

# SOYONS UN CADEAU !



## ÉCHOS

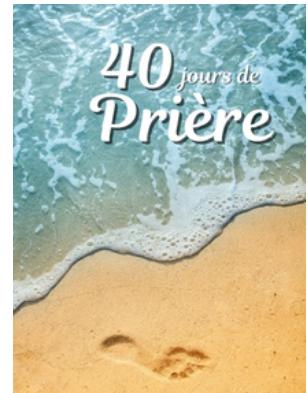
### La campagne "40 jours de prière" bat son plein

Nous sommes une centaine à avoir pris le livret de lectures et prières quotidiennes.

Nous avons 10 petits groupes de partage qui se retrouvent chaque semaine pour échanger et prier ensemble. Des personnes se sont inscrites pour relever le défi du relais de jeûne et prière sur 40 jours et jusqu'à maintenant il n'y a pas eu d'interruption. Nous vous encourageons à persévérer pour que cet élan et ces efforts portent un fruit durable.

Merci Seigneur pour ces prières et tout ce que tu nous apportes au travers de ces lectures et de nos discussions en petit groupe.

Vous pouvez retrouver les prédications pour les écouter ou les réécouter sur le site internet de l'église à l'adresse suivante : <https://lecep.org/podcast-le-cep/> en entrant le mot de passe : dieutaima



### Rencontre de la plateforme jeunesse de la région. Samedi 15 novembre

Une journée extraordinairement bien organisée par la Plateforme Jeunesse Bourgogne Franche Comté. 65 jeunes provenant de différentes églises réunis le temps d'une journée à Mouchard. Ces jeunes qui avaient entre 15 et 30 ans venaient d'églises des 4 coins de la BFC : Besançon, Vesoul, Morez, Lons le Saunier, Luxeuil-les-Bains, Belfort, Mouchard, Beaune et même Mulhouse !

Cette journée avait pour thème "Être envoyé".

Des ateliers aux choix ont été mis en place tels que : L'évangélisation dans les rues, utiliser les réseaux sociaux pour témoigner, de la préparation à l'action, faire de l'humanitaire, être envoyé en couple.

La journée a été également rythmée par des jeux, une soirée louange, des temps d'échanges & de prières, des guérisons intérieures, des larmes, des rires, des sourires et des rencontres.

Dieu a de grands projets pour tous ces jeunes, ce n'est que le début... NOUS SOMMES PRÊTS !

Rappel : la vision de la Plateforme Jeunesse de Bourgogne Franche Comté est de créer des rencontres inter-jeunes afin de permettre à ce que la jeune génération se lève et soit équipée pour accomplir l'ordre missionnaire de Jésus en Bourgogne Franche Comté et au-delà. Son objectif est également de faire connecter des jeunes pouvant être isolés dans leur église locale.

# À VENIR



Commande des calendriers 2026  
Dernier délai dimanche 7 décembre,  
voyez avec Martine.



En panne d'idées pour vos cadeaux de Noël ? Un large choix de livres vous attend sur le stand de la librairie.



L'Atelier des petites mains proposera un stand avec leurs créations les dimanches 14 et 21 décembre.



Sandrine, Isabelle et Emilien vous proposent de passer la soirée du nouvel an à l'église dans une ambiance familiale.

Quant à l'organisation, plus de détails seront apportés très vite.

En tout cas, la date, le lieu et l'heure sont proposés. Vous pourrez agrémenter cette soirée d'animations selon vos capacités et vos goûts.

Toutes les bonnes volontés sont les bienvenues pour faire de cette soirée une réussite.



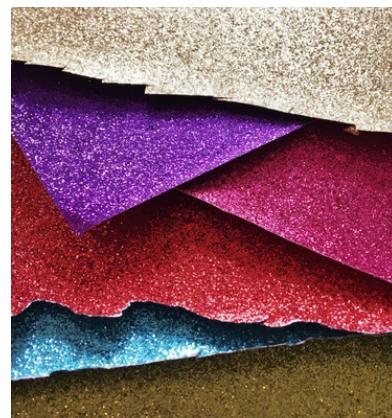
A quoi vous pensez-vous quand on parle des fêtes de fin d'année? Pour ma part, c'est une explosion de lumière, peinture métallique, paillette, flocon blanc, guirlande de couleur et bien d'autre chose.

Samedi 13 décembre de 15h30 à 17h30 je vous invite pour illuminer une page avec créativité lumineuse, donner un éclat de lumière à nos dessins ou peintures lumineuses créations.  
Pensez à réserver nos prochains rdv de 2026

Réservation par sms, mail ou en direct aussi

Bien à vous

M. A Lainé



## AGENDA

### L'Eglise Le Cep :

- Samedi 06 décembre : 9 h Entre' L et Sweet Hommes
- Dimanche 07 décembre : 10h culte "Prier pour la guérison et la restauration" René
- Dimanche 14 décembre : 10h culte "Quand Dieu dit non" Jonathan
- Dimanche 21 décembre : 10 h culte "Célébration de Noël"
- Samedi 27 décembre : 20h Soirée louange et dons spirituels
- Dimanche 28 décembre : 10h Culte "La maison du peuple" Alain

Petits groupes de partage et prière en semaine  
+ d'infos contactez Alain ou Jonathan

### L'Entraide :

- Jeudi 04 décembre : 14h Jardin
- Samedi 06 décembre : 10h Scouts
- Samedi 06 décembre : 14h30 Atelier
- Jeudi 11 décembre : 14h Jardin
- Jeudi 11 décembre : 14h30 Atelier
- Samedi 13 décembre : 15h30 Open d' Or
- Dimanche 14 décembre : 15h Club des Sages
- Jeudi 18 décembre : 14h Jardin
- Jeudi 18 décembre : 14h30 Atelier



## L'Incarnation : Dieu se fait homme

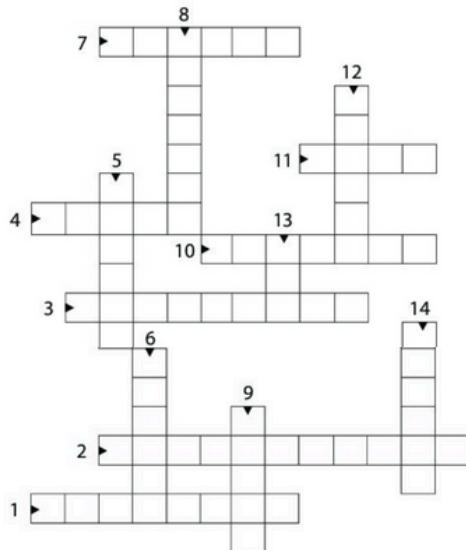


### Mots croisés de Noël



★ Complète la grille de mots croisés. Pour t'aider, tu peux relire l'Évangile de saint Luc chapitre 2, versets 1 à 20 et celui de saint Jean, chapitre 1, versets 1 à 14.

- |  |   |
|--|---|
| 1 Jésus naît à _____ , la ville de David.  | 8 «Aujourd'hui, dans la ville de David, vous est né un _____.» (Lc 2, 11)         |
| 2 Marie et Joseph quittent Nazareth à cause d'un _____ ordonné par l'empereur Auguste. | 9 Dans le ciel, une troupe innombrable d'_____ louait Dieu.                       |
| 3 Marie dépose Jésus dans une _____ .  | 10 Les premiers à venir adorer l'enfant Jésus sont les _____ .                    |
| 4 «Le Verbe s'est fait _____ et il a habité parmi nous.» (Jn 1, 14)                    | 11 La naissance de Jésus est une grande _____ pour tous les peuples.              |
| 5 Jésus est le plus grand _____ que nous recevons à Noël!                              | 12 Les anges, dans le ciel, chantent : « _____ à Dieu, au plus haut des cieux ! » |
| 6 La Sainte Famille se compose de Marie, _____ et l'enfant Jésus.                      | 13 Les mages viennent se prosterner devant le _____ des rois.                     |
| 7 Jésus est le _____ annoncé par les prophètes et attendu par tous les peuples.        | 14 Ils lui offrent de l'_____, de l'or et de la myrrhe.                           |



B n°9 Niv 2-3-4

Réponses:  
1 :Bethléem, 2 :renouement,  
3 :manger, 4 :charrue,  
5 :bergers, 6 :Joseph, 7 :Messie, 8 :Sauveur,  
9 :anges, 10 :berges, 11 :joli,  
12 :gloire, 13 :roi, 14 :merveilles

Tous droits réservés éditions Emmanuel. Merci de ne pas diffuser illégalement ce document, en particulier sur Internet.

