

# JOURNAL DE PRIÈRE

## GUIDE

Voici un questionnaire qui a pour but de t'aider à creuser en profondeur sur toi et par la suite te conduire à être une personne meilleure. Tes réponses sont pour toi des sujets de prière et un défi personnel à relever chaque jour.

### 1. Décris ta vie de rêve.

*Spécifie ta routine matinale, ce que tu fais de tes journées, comment tu te sens.*

### 2. Décris un domaine dans lequel tu te sens en déséquilibre.

*Dans quel domaine de la vie tu te sens déséquilibré et pourquoi ?  
Qu'est-ce que tu ressens et quels sont les éléments déclencheurs ?  
Quelles sont tes peurs ?*

### 3. Décris une chose que tu ne cesses de remettre à plus tard.

*Remets-tu à plus tard de ne pas retourner à l'école ? De réaliser un rêve ? Ne pas ranger ta chambre ? Pourquoi tu remets à plus tard ?*

### 4. Ecris à propos d'une insécurité.

*Parle de ce que tu ressens, puis commence à parler de tout ce qui est beau chez toi.*

### 5. Raconte un moment où tu as été le (la) plus heureux (se)

*Explique le cadre, les personnes présentes, ce que tu as ressenti et comment tu peux vivre un moment plus heureux aujourd'hui.*

### 6. Raconte comment tu vois ta marche avec Jésus ?

*Précise ce que tu ressens et pourquoi.*

### 7. Ecris une lettre d'amour à toi-même.

*Ajoute toutes les belles choses que tu aimerais te dire ou qu'on te dise, partage les moments les plus doux que tu as eu avec toi.*

**PLUS TU T'ATTENDS À L'AMOUR ET À LA JOIE DANS  
TA VIE, PLUS TU EXPÉRIMENTES CELA.**

*N'essaye pas de chercher plus de temps, mais embrasse  
le temps qui t'est donné. C'est la saison de déborder avec  
Dieu et de couler dans Ses bénédictions.*