

# « Secrets pour réussir le marathon de Dieu »

La vie d'enfant de Dieu est comparable à celle d'un athlète qui court un marathon. Pour se donner toutes les chances de réussir ce défi des gestes simples s'imposent...

**Passage : Hébreux 12. 1-11 (Bible S21 [Société Biblique de Genève & La Maison de la Bible](#))**

**[Eglise Evangélique Action Biblique Lausanne Renens](#), 2 juin 2024**

**Prédicateur : Patrice Berger**

## Versets clefs

### **Hébreux 12. 1-2**

Nous donc aussi, puisque nous sommes entourés d'une si grande nuée de témoins, rejetons tout fardeau et le péché qui nous enveloppe si facilement, et courons avec persévérance l'épreuve qui nous est proposée. Faisons-le en gardant les regards sur Jésus, qui fait naître la foi et la mène à la perfection.

## Mots clefs

Jésus

Marathon

Athlétisme

Léger

En bonne santé

Endurant

Focus

Entraîneur

Éducation

Correction

Bienfaits

Sainteté

Vie juste  
Volonté de Dieu  
Paix

## L'extraordinaire chez des personnes ordinaires

Nous avons eu le privilège de nous arrêter longuement sur des exemples de foi inspirants. Venant de personnes ordinaires, comme vous et moi, mais qui avec Dieu et en faisant confiance à Dieu ont vécu des choses extraordinaires. C'était au chapitre 11 de l'épître aux Hébreux.

## Cela me concerne

En nous rappelant ces exemples, Dieu n'a pas voulu qu'on s'extasie mais qu'on s'en inspire pour notre vie de foi. Et c'est ce que nous allons voir aujourd'hui.

## Ambition et comparaison

Pour ce faire, Dieu va conduire l'auteur de l'épître aux Hébreux à nous proposer une comparaison entre la vie de foi que Dieu ambitionne pour nous et une course d'athlétisme.

## Conseils

Pour réussir notre cheminement de foi, notre course, nous avons besoin de conseils simples et précieux. Et dans le texte que nous allons lire, j'en ai relevé 5.

## Ce qui est futile

1) Si tu cours, ne t'alourdis pas de choses inutiles.

On n'a jamais vu un coureur de 100 mètres ou de 110 mètres haies avec un sac à dos plein à craquer avec tout plein d'affaires au cas où. Il y aurait peu de chances qu'il fasse un bon résultat.

## Veille à ta santé

2) En courant ta vie de foi, exclus, éjecte, satellise la moindre chose qui pourrait te brider, t'handicaper, te blesser, te rendre malade.

C'est sûr que si je vide 3 bouteilles de vodka avant de faire un course, je serais physiquement différent mais pas très performant.

## Persévère

3) La course de foi est plus un marathon de 42 kilomètres qu'un 100 mètres, ... alors persévère.

Quand on fait du fond, il y a toujours un palier, un deuxième souffle. Parfois on est dans le dur pendant quelques kilomètres et puis, après ça devient plus fluide.

### Focalisé sur l'objectif

4) Regarde la ligne d'arrivée. Le But.

Pour t'aider à être focus, ton entraîneur t'y attend.

C'est sûr que si je ne fais que regarder le public et les panneaux publicitaires pendant la course, ma trajectoire sera loin d'être optimum.

### Entraînement indispensable

5) Ton entraîneur est le meilleur, son expérience, son palmarès te garantit la plus haute marche du podium.

Quitte à choisir un entraîneur, mon choix se porterait plus sur un entraîneur qui a un joli palmarès. Ancelotti a gagné sa 7<sup>ème</sup> ligue des champions avec le Real de Madrid cette année. Plutôt que sur un Youtubeur improbable qui poste depuis sa chambre assis sur une chaise gaming.

Courir avec un objectif ambitieux demande de faire les choses sérieusement...

### Mon neveu

Récemment, un de mes neveux est arrivé 8<sup>ème</sup> Suisse dans les épreuves de demi-fond en athlétisme. C'est déjà bien. Mais pour y arriver, il a dû changer de ville, de canton, chambouler ses études tout ça pour être à proximité du centre d'entraînement et pour avoir un programme de vie adapté à ses nombreux entraînements. Tout ces petits plus mis bout à bout dans le but de se donner tous les moyens possibles pour progresser.

### Et nous ?

Et nous, que mettons-nous en place pour atteindre ce que Dieu nous demande ?

### Hébreux 12. 1-2

Nous donc aussi, puisque nous sommes entourés d'une si grande nuée de témoins, rejetons

1) tout fardeau

2) et le péché qui nous enveloppe si facilement,

3) et courons avec persévérance l'épreuve qui nous est proposée.

4) Faisons-le en gardant les regards sur Jésus,

5) qui fait naître la foi et la mène à la perfection.

On pourrait dire

Nous donc aussi,

puisque nous sommes entourés d'une si grande nuée d'athlètes qui ont brillamment réussi et dont le palmarès nous a été détaillé au chapitre 11, imitons-les !

1) Débarrassons-nous de tout ce qui alourdit notre course (cette chose inutile qui encombre notre vie ou les choses auxquelles on est attaché mais qui étouffent notre foi).

2) Débarrassons-nous de tous liens avec le péché (qui nous rendent malades avec lesquels on est si complaisants, avec lesquels nous flirtons).

3) Courons avec persévérance le marathon de vie de foi que Dieu nous destine.

4) Faisons-le en gardant les regards sur le meilleur entraîneur : Jésus, qui fait naître la foi et la mène à la perfection, sur la plus haute marche du podium.

#Jésus lui-même a démontré l'attitude parfaite#  
####dont on doit s'inspirer.####

### EN TERME de persévérance

Sa persévérance face à l'adversité et l'hostilité de ceux qui voulaient son échec est un exemple pour nous quand on est dans le dur dans l'adversité de la foi, qu'on a l'impression d'être le seul dans la direction de Jésus.

### Hébreux 12. 3

3 Pensez en effet à celui qui a supporté une telle opposition contre lui de la part des pécheurs, afin de ne pas vous laisser abattre par le découragement.

### Pas versé le sang contre le péché

En comparaison par rapport à Jésus, nous n'avons pas encore versé le sang pour lutter contre le péché. Ni visiblement les premiers lecteurs de l'épître aux Hébreux, même si certains ont été persécutés par des hommes.

### Hébreux 12. 4

4 Vous n'avez pas encore résisté jusqu'au sang dans votre combat contre le péché.

Le péché est la racine de tout ce qui est mal.

### En terme de persévérance

La persévérance peut être au moment de la course, mais aussi à l'entraînement. Et le texte d'aujourd'hui utilise plutôt l'image de la correction, la remise dans la bonne direction des parents vis-à-vis de leurs enfants, d'un papa vis-vis d'un fils.

### Entraînement

Modifier les mauvais gestes quand on s'entraîne peut être astreignant, lassant, un peu frustrant de prime abord, quand on répète inlassablement les mêmes gestes.

### Éducation

Il y a la même intention dans l'éducation, la correction. Tout comme nous n'avons pas sauté de joie quand nos parents ont dû nous reprendre.

C'est la même chose quand on reprend sévèrement notre petit enfant quand qu'il traverse la route en courant sans regarder ! Sur le coup, il va peut-être mal le prendre mais à coup sûr, on lui sauve la vie et nous le faisons parce que nous l'aimons.

C'est ce que souligne le texte d'aujourd'hui.

### Hébreux 12. 5-11

et vous avez oublié l'encouragement qui vous est adressé comme à des fils:

*Mon fils, ne méprise pas la correction du Seigneur et ne perds pas courage lorsqu'il te reprend. 6 En effet, le Seigneur corrige celui qu'il aime et il punit tous ceux qu'il reconnaît comme ses fils.*

7 Supportez la correction:

c'est comme des fils que Dieu vous traite.

Quel est le fils qu'un père ne corrige pas?

8 Mais si vous êtes dispensés de la correction à laquelle tous ont part, c'est donc que vous êtes des enfants illégitimes et non des fils.

9 D'ailleurs,

puisque nos pères terrestres nous ont corrigés et que nous les avons respectés,

ne devons-nous pas d'autant plus nous soumettre à notre Père céleste pour avoir la vie?

10 Nos pères nous corrigeaient pour un peu de temps, comme ils le trouvaient bon, tandis que Dieu le fait pour notre bien, afin que nous participions à sa sainteté.

11 Certes, au premier abord, toute correction semble un sujet de tristesse, et non de joie, mais elle produit plus tard chez ceux qu'elle a ainsi exercés un fruit porteur de paix: la justice.

#Comme un père reprend pour éduquer son fils#  
####Jésus fait de même avec les croyants####

### Les bienfaits qui en découlent

Vous avez remarqué les bienfaits qui découlent des corrections que Dieu nous propose :

- 1) participer à sa grandeur, sa sainteté (**verset 10**) ;
- 2) une vie juste, conforme à la volonté de Dieu et vécue dans la paix (**verset 11**).

### Reportés sur l'image de l'athlète, ça donne :

C'est à dire un athlète physiquement prêt, exactement comme l'ambitionnait le meilleur des entraîneurs. Un athlète bien dans sa tête, serein face aux échéances de la compétition qui l'attend, dont le résultat sera ajouté à la longue liste du palmarès inégalable de cet entraîneur hors du commun.

### Excellent rappel

C'était bien que le texte d'aujourd'hui ait pu nous rappeler cela. Ce n'est pas un scoop, mais dans notre réalité, notre quotidien, nos bonnes intentions, la théorie s'envole.

### Exemple chapitre 11

Et nous avons vu au chapitre 11 de l'épître aux Hébreux que les médaillés de la foi qui nous ont précédés ont, eux aussi, à un moment ou un autre, eu des failles.

Noé a un peu trop décompressé à la sortie de l'arche et ça n'a pas été hyper-porteur pour un de ses fils.

Même Abraham, si impressionnant, a un moment appliqué sa méthode, plutôt que celle de Dieu et ça été compliqué avec Ismaël.

### Rappel des conseils de Dieu

C'est au regard de nos failles habituelles que Dieu nous donne les conseils que nous avons vus.

### Ce qui encombre

1) Débarrassons-nous de tout ce qui alourdi notre vie de foi.

Il ne s'agit pas là de choses répréhensibles. Mais elles étouffent la foi et l'envahissent. Par exemple : idéologie identitaire, sociale, ou passe-temps :

Une vidéo d'accord, mais 5 heures/jour, ça envahit un peu !

Cultiver des relations sur les réseaux, ça n'a rien de spirituellement mauvais, mais si la vie s'articule autour des posts, il y a moyen de réfléchir...

Si un athlète au moment du départ est plus concentré à faire l'indispensable selfie ou une petite danse pour Tiktok, le temps qu'il ait fini, les autres sont déjà arrivés.

Passer ma vie pour être le champion du yoyo en salle, les yeux bandés, a quand même une utilité relative aux yeux de l'éternité.

Ce qui m'envahit et qui n'est pas essentiel à ma vie de foi ?

Je le vire !

### Ce qui est péché

2) Débarrassons-nous de tous liens avec le péché.

Là, il s'agit vraiment de péchés que la Bible identifie comme tels et que je sais être comme tels.

Est-ce que je flirte avec les limites du péché ? Si tel est le cas, c'est que j'ai déjà dépassé dans ma tête ces limites.

Est-ce que parce qu'un péché s'est installé, je m'en accommode ?

Handicap : C'est exactement pareil que de courir pour Dieu sur une jambe.

### Motivation - persévérance

3) Courons avec persévérance le marathon de la vie de foi que Dieu nous destine.

Est-ce que j'ai besoin d'être renouvelé sur le sujet ?

Actuellement, peut-être que la course est devenue une marche, voire que ça fait un moment que c'est devenu un pique-nique.

Peut-être as-tu commencé un 100 mètres avec enthousiasme, mais qu'au vu des difficultés extérieures, intérieures, peut-être par rapport aux comportements des autres croyants, tu t'es dis : « Si c'est ça, on va la jouer cool ». Pour rappel, Jésus dans Sa course contre le péché a été trahi par un disciple et abandonné par tous les autres.

### Ne regarder qu'à Jésus

4) Faisons-le en gardant les regards sur le meilleur entraîneur : Jésus, qui fait naître la foi et la mène à la perfection, chemin faisant sans, comme des vieux routiers de la foi, que l'on se dise que Jésus, on connaît et l'on s'intéresse et se passionne pour des sujets parallèles qui ne sont pas le but, c'est à dire Jésus :

- savoir si tu es calviniste ou arminien ;
- focalisation exclusive sur Israël ;
- ministère féminin ;
- méthode infaillible pour découvrir ses dons ;
- parler en langue ou pas ;
- Amilléarisme ou prémilléarisme ;
- ...

Si on regarde en arrière, la chrétienté aime bien se passionner pour des sujets qui divisent, qui mobilisent beaucoup énergie mais qui nous détournent de Celui dont nous devons nous inspirer et nous nourrir,

## Jésus

Lui qui a démontré l'attitude parfaite.

Faire des séminaires sur les sujets cités ci-dessus ou faire un séminaire juste intitulé « Jésus » : il y a fort à parier que les premiers seront très courts et pas le dernier...

### Faire le point

Posons-nous un moment et essayons de détecter ce qui est évident à modifier dans notre course actuelle avec Jésus.

- 1) Y-a-t-il une habitude qui a pris trop de place ?
- 2) Un péché qui a pris racine ?
- 3) Sommes-nous en roue libre dans notre vie de foi ? La persévérance n'est plus d'actualité.
- 4) Sommes-nous spirituellement passionnés par autre chose que Jésus ?

### **Faire le point avec Jésus**

Réfléchis-y comme si ton divin entraîneur était à côté de toi, comme s'il faisait le point avec toi.

Décision :

Remets-Lui personnellement ce sujet en priant dans tes pensées.

Demande-Lui de t'aider à avoir le bon objectif pour ce sujet et qu'il t'aide à t'en débarrasser.

## L'orateur

Patrice Berger est pasteur de l'église locale à Renens depuis août 2016.

### Parcours ecclésial

Début du service :

Son envie de servir Dieu a commencé dès l'adolescence auprès des jeunes avec la JAB: <https://jabsuisseromande.ch> ; <https://jabfrance.com>

Formation :

Cet engagement lui a montré la nécessité de se former théologiquement, chose qu'il peut réaliser à l'Institut Biblique de Genève de 1999-2004 <https://www.ibg.cc>. Cette formation le conduit à faire deux stages pastoraux :

### Ministère pastoral :

2000-2002 Église Évangélique de Wittenheim, Alsace, France <https://eglise-evangelique-wittenheim.org>

2002-2004 Église Évangélique de l'Action Biblique du pays de Montbéliard à Étupes, Franche-Comté, France <https://ab-etupes.org>.

2004-2017 Finalement, ce dernier stage à Étupes est l'occasion de rester pour servir comme pasteur jusqu'à l'été 2017

2016-2017 Période de transition ministère pastoral à la fois à Église Évangélique de l'Action Biblique du pays de Montbéliard à Étupes, Franche-Comté, France. et parallèlement, tous les 15 jours, à l'Église Évangélique Action Biblique Lausanne Renens [AB-Renens.ch](http://AB-Renens.ch)

Depuis 2016 Ministère pastoral à l'Église Évangélique Action Biblique Lausanne Renens.

### Écriture

Parallèlement, Patrice reste toujours proche de l'enseignement biblique auprès des jeunes.

Depuis 2000, il est le rédacteur en chef du journal d'édification TA JEUNESSE <https://tajeunesse.org> . Il a supervisé l'édition d'une centaine de numéros.

Il rédige deux livres à destination des jeunes : « 1 minute pour ta foi » (2 volumes) avec les éditions de la Maison de la Bible <https://maisonbible.ch>.

Il participe à la rédaction d'autres ouvrages comme « Bible Express » ouvrage collectif, avec les éditions de la Maison de la Bible et « L'Éclésiaste, Vivre avec sagesse » et « Le cantique des cantiques, Vivre avec amour » livres écrits par son ami Woody Lewis aux éditions Clé <https://editionsclé.com> (à paraître, un commentaire sur le livre de Job).

Enseignement :

Depuis 2018, Patrice enseigne à l'Institut Biblique de Genève, l'herméneutique (genres littéraires).

**Orateur Marcheur**

Depuis 2000, participation aux séjours des « Marcheurs Heureux » (Vosges, Cévennes etc.)

**Verset préféré**

« La grâce et la vérité sont venues à travers Jésus-Christ ». [Évangile de Jean chapitre 1, verset 17](#)

**Sa devise**

« On n'est jamais à l'abri d'une bonne surprise. »

**Séjours bibliques d'été**

Dans le même esprit, il participe à l'enseignement des séjours bibliques d'été dispensés au [Berghaus à Isenfluh](#), près de Lauterbrunnen dans l'Oberland bernois. En 2023, le sujet était les [Paraboles du royaume](#).

**[L'Église Action Biblique Lausanne Renens](#)**

L'Action Biblique est une œuvre missionnaire évangélique qui a commencé en 1907, dont la vocation initiale était la diffusion de la Bible. L'Église évangélique Action Biblique de Renens existe depuis 1923 (à l'époque, elle était située à Lausanne).

Visitez le site [AB-Renens.ch](#) pour plus d'informations sur l'église.

Les textes bibliques de la prédication sont disponibles dans notre Bible online [Segond 21](#) ou dans la version [NEG 1979](#).

Vous pouvez aussi trouver la vidéo, ainsi que de nombreuses autres, sur le site sous la rubrique « [Prédications Vidéo](#) » ou sur notre [chaîne YouTube](#) (playlist [Actes](#)). La version audio est aussi disponible en version [Podcast sur Spotify](#).

L'Église Action Biblique Lausanne Renens place au cœur de sa vie associative la notion de [groupes de maison](#) où les croyants se retrouvent pour

- mieux se connaître et se soutenir pratiquement et spirituellement,
- mieux connaître Christ par une [découverte adaptée et interactive de la Bible](#) (par exemple [Fil rouge de la Bible](#), [l'Apocalypse](#) ).

Toutes les 4-5 semaines, assemblée est présente sur le marché de Renens pour proposer gratuitement de la lecture biblique inspirante. <https://ab-renens.ch/eglise-lausanne-action-biblique-renens/le-marche-de-renens-stand-de-livres/>

Chaque mois, une après-midi découverte de la Bible est proposée aux 6-12 ans. Ce temps est encadré par Kids Team <https://ab-renens.ch/eglise-lausanne-action-biblique-renens/kidsteam-renens/>

•