

# La discipline et la famille

## Introduction

Quand on parle de discipline et de famille, il ne faut pas d'abord penser à la punition. Dans la Bible, la discipline est beaucoup plus large. C'est une manière d'ordonner sa vie devant Dieu. C'est apprendre à aimer dans le bon ordre, à tenir ses engagements, à transmettre la foi, à corriger sans écraser, et à construire une maison où chacun trouve sa place.

La discipline familiale n'est donc pas seulement : « Comment faire obéir les enfants ? »

La vraie question est plus profonde : « Comment bâtir une famille qui apprend à vivre sous le regard de Dieu ? »

---

## 1. Définition de la famille

Avant de parler de discipline, il faut savoir ce qu'est la famille. Sinon, on risque de discipliner sans savoir ce qu'on cherche à construire.

La famille biblique est une communauté d'alliance et de responsabilité, instituée par Dieu pour protéger la vie, transmettre la foi, former le caractère et manifester l'amour de Dieu dans les relations les plus proches.

Plus simplement, la famille biblique est une maison confiée par Dieu, où l'on apprend à aimer, servir, transmettre la foi, honorer les générations et vivre sous le regard de Dieu.

### Deutéronome 6:6-7

« Et ces commandements, que je te donne aujourd'hui, seront dans ton cœur.  
Tu les inculqueras à tes enfants, et tu en parleras quand tu seras dans ta maison, quand tu iras en voyage, quand tu te coucheras et quand tu te lèveras. »

Dans **Genèse 2:24**, la famille commence par l'alliance entre l'homme et la femme :

« C'est pourquoi l'homme quittera son père et sa mère, et s'attachera à sa femme, et ils deviendront une seule chair. »

Cela montre que la famille repose sur une union fondatrice, pas seulement sur la reproduction.

Dans une approche séculière, la famille est surtout comprise comme un groupe de personnes liées par la parenté, l'alliance, la filiation ou la vie commune. Elle forme une cellule sociale de base où se vivent la solidarité, l'éducation, la transmission et l'organisation de la vie quotidienne.

La différence est nette : la définition séculière décrit surtout une réalité sociale, juridique et relationnelle. La définition biblique ajoute une origine divine, une responsabilité spirituelle et une finalité devant Dieu.

---

## 2. Qui fait famille ?

Il faut maintenant préciser qui appartient à cette responsabilité familiale. La Bible reconnaît plusieurs cercles, mais elle ne les met pas tous au même niveau.

Jésus dit en **Matthieu 12:48-50** :

« Mais Jésus répondit à celui qui le lui disait : Qui est ma mère, et qui sont mes frères ?

Puis, étendant la main sur ses disciples, il dit : Voici ma mère et mes frères.

Car, quiconque fait la volonté de mon Père qui est dans les cieux, celui-là est mon frère, et ma sœur, et ma mère. »

Jésus montre ici que l'obéissance à Dieu crée une vraie famille spirituelle. Mais cela ne veut pas dire que la famille naturelle est méprisée ou annulée. Cela veut dire que Dieu donne un ordre aux relations.

### **Premier cercle : la famille par alliance matrimoniale**

Ce sont les conjoints et les enfants nés de cette union. C'est le cœur du foyer. C'est là que la discipline s'enracine d'abord.

### **Deuxième cercle : la famille d'origine**

Ce sont les parents, les frères et les sœurs.

La Bible demande d'honorer les parents.

### **Exode 20:12**

« Honore ton père et ta mère, afin que tes jours se prolongent dans le pays que l'Éternel, ton Dieu, te donne. »

Quoique la Bible demande de ne pas négliger les siens :

### **1 Timothée 5:8**

« Si quelqu'un n'a pas soin des siens, et principalement de ceux de sa famille, il a renié la foi, et il est pire qu'un infidèle. »

Elle enseigne aussi à mettre une limite claire. Genèse 2:24 dit que l'homme quitte son père et sa mère pour s'attacher à sa femme. Cela signifie qu'on honore ses parents, mais qu'on ne reste pas éternellement dans une dépendance émotionnelle ou décisionnelle.

### **Troisième cercle : la famille étendue**

Ce sont les grands-parents, cousins, tantes, oncles, beaux-parents, beaux-frères et belles-sœurs.

Il y a une responsabilité de respect et d'honneur, mais les responsabilités ne sont pas toutes égales.

Un homme n'a pas les mêmes obligations envers son cousin qu'envers son épouse, par exemple. Une mère n'a pas les mêmes obligations envers un beau-parent qu'envers ses enfants.

### **Quatrième cercle : la famille spirituelle**

Ce sont les frères et sœurs en Christ, l'Église comme famille de foi.

### **Galates 6:10**

« Ainsi donc, pendant que nous en avons l'occasion, pratiquons le bien envers tous, et surtout envers les frères en la foi. »

L'expression « surtout » est importante. Elle montre qu'il existe une hiérarchie des responsabilités. On ne peut pas aimer tout le monde de la même manière, avec la même charge et la même proximité.

Ce qui ne fait pas famille, bibliquement, c'est une relation sexuelle sans engagement, une amitié même profonde sans responsabilité durable, ou un environnement professionnel même chaleureux. La famille suppose un engagement stable, reconnu, porté dans le temps.

---

### **3. La place et le rôle de chacun dans la famille**

Avoir un ordre ne veut pas dire que certains comptent moins. Un orchestre a un chef, mais le violoniste n'est pas moins important que le chef. Il joue simplement un rôle différent.

La famille fonctionne quand chacun connaît sa place, honore la place de l'autre, et comprend que l'autorité biblique n'est jamais une autorisation de dominer.

#### **Le rôle du mari et du père**

Son rôle principal est la direction spirituelle et matérielle du foyer.

Cela signifie : initier la prière familiale, pourvoir aux besoins matériels, exercer l'autorité avec justice, protéger le foyer physiquement et spirituellement.

Ce rôle s'incarne dans la direction et non la tyrannie ; dans le service et non l'égoïsme.

#### **Éphésiens 5:25**

« Maris, aimez vos femmes, comme Christ a aimé l'Église, et s'est livré lui-même pour elle. »

Un mari qui aime comme Christ s'est livré est un mari qui sacrifie. Ce n'est pas un mari qui écrase. C'est un mari qui prend ses responsabilités.

#### **Le rôle de l'épouse et de la mère**

Son rôle principal est de bâtir, nourrir la paix du foyer et participer à la formation des enfants.

Ce n'est pas de la servitude. C'est une fonction. Différente, mais tout aussi importante.

#### **Proverbes 14:1**

« La femme sage bâtit sa maison, et la femme insensée la renverse de ses propres mains. »

Elle bâtit. Elle construit. Elle influence profondément l'atmosphère de la maison.

#### **Le rôle des enfants**

Le rôle des enfants est d'apprendre, d'obéir pour grandir, et de recevoir une formation.

#### **Éphésiens 6:1-3**

« Enfants, obéissez à vos parents, selon le Seigneur, car cela est juste.

Honore ton père et ta mère — c'est le premier commandement avec une promesse — afin que tu sois heureux et que tu vives longtemps sur la terre. »

Mais il faut remarquer une chose : l'obéissance de l'enfant est formatrice. Elle prépare à l'autonomie. Elle n'est pas censée maintenir l'enfant adulte dans une soumission permanente à ses parents.

À l'âge adulte, l'enfant continue d'honorer ses parents, mais il devient responsable devant Dieu.

#### **Le rôle des grands-parents et de la famille étendue**

Leur rôle est moins défini, mais il reste important : sagesse, stabilité, mémoire, transmission, exemple.

#### **Proverbes 13:22**

« L'homme de bien a pour héritiers les enfants de ses enfants, mais les richesses du pécheur sont réservées pour le juste. »

La famille ne transmet pas seulement des biens. Elle transmet une manière de croire, de parler, de décider, de servir et de tenir bon. Elle transmet une personnalité, un caractère qui sera révélé au sein de la famille même, devant Dieu, et aussi dans la société.

---

#### **4. Pourquoi prendre soin de sa famille ?**

##### **1 Timothée 5:8**

« Si quelqu'un n'a pas soin des siens, et principalement de ceux de sa famille, il a renié la foi, et il est pire qu'un infidèle. »

##### **1 Timothée 3:12**

« Les diacres doivent être maris d'une seule femme, et diriger bien leurs enfants et leurs propres maisons. »

Celui qui croit en Dieu croit que la famille est le terreau de la formation du cœur du croyant et du citoyen.

La bonne gestion de notre famille révèle notre maturité, notre respectabilité et la crédibilité de notre vocation auprès des autres. En réalité, l'état de notre famille parle d'abord de nous-mêmes.

#### **Les textes bibliques qui semblent contradictoires**

Certains passages bibliques peuvent nous surprendre, voire nous choquer, lorsqu'on les interprète avec notre manière moderne de penser.

Par exemple, Jésus dit en **Luc 14:26** :

« Si quelqu'un vient à moi, et s'il ne hait pas son père, sa mère, sa femme, ses enfants, ses frères, et ses sœurs, et même sa propre vie, il ne peut être mon disciple. »

Pris au premier degré, ce verset semble contredire tout ce que la Bible dit sur l'amour, le mariage, les enfants, l'honneur des parents et la responsabilité familiale.

Le principe linguistique qui entre en jeu ici est le « sens sémitique de la priorité ». Cette expression désigne une manière hébraïque ou juive de formuler une idée. Dans la Bible, certains contrastes très forts, comme « aimer » et « haïr », ne décrivent pas toujours une haine réelle, mais servent à montrer ce qui doit passer en premier.

Jésus ne commande donc pas ici une haine affective ou morale. Il utilise un langage sémitique de contraste, où « aimer » et « haïr » peuvent exprimer une priorité. Dans ce contexte, « haïr » signifie : aimer moins, placer en second, ne pas donner la première place.

La logique n'est donc pas de rejeter sa famille, mais de reconnaître qu'aucune loyauté humaine, même légitime et précieuse, ne doit passer avant Christ.

Jésus ne demande jamais d'abandonner sa famille ni de fuir ses responsabilités. Au contraire, comme le révèle 1 Timothée 5:8, la Bible demande clairement de prendre soin des siens.

Luc 14:26 ne nous demande pas de cesser d'aimer notre famille ; il nous rappelle simplement que même les liens les plus chers ne doivent jamais prendre la place de Dieu.

C'est là que **Matthieu 6:33** intervient pour éclairer l'ordre juste :

« Cherchez premièrement le royaume et la justice de Dieu ; et toutes ces choses vous seront données par-dessus. »

Le mot important est « premièrement ». Dieu d'abord. La famille ensuite, non pas méprisée, mais remise à sa juste place. Quand Dieu est premier, la famille n'est pas délaissée. Elle est mieux aimée, parce qu'elle n'est plus transformée en idole ni abandonnée au profit du ministère.

La logique est la même pour le second verset difficile, **Marc 10:28-30** :

« Pierre se mit à lui dire : Voici, nous avons tout quitté, et nous t'avons suivi.

Jésus répondit : Je vous le dis en vérité, il n'est personne qui, ayant quitté, à cause de moi et à cause de la bonne nouvelle, sa maison, ou ses frères, ou ses sœurs, ou sa mère, ou son père, ou ses enfants, ou ses terres,

ne reçoive au centuple, présentement dans ce siècle-ci, des maisons, des frères, des sœurs, des mères, des enfants, et des terres, avec des persécutions, et, dans le siècle à venir, la vie éternelle. »

Suivre Christ peut coûter. Mais ce renoncement n'est pas un mépris irresponsable de la famille. Il exprime une priorité supérieure donnée à Christ. Jésus parle du prix du discipulat, c'est-à-dire apprendre à aimer dans le bon ordre : Christ en premier et tout le reste à sa place.

**Autres exemples de versets : haïr, aimer, choisir**

**Malachie 1:2-3**

« J'ai aimé Jacob, et j'ai haï Ésaü. »

Paul reprend ce texte en **Romains 9:13**.

Là encore, il faut éviter une lecture trop plate. Il ne s'agit pas d'imaginer Dieu animé par une haine émotionnelle, instable ou pécheresse. Le contraste parle d'élection, de vocation et de place dans l'histoire de l'alliance.

« Aimer Jacob » signifie : choisir Jacob comme porteur de la promesse.

« Haïr Ésaü » signifie : ne pas choisir Ésaü pour cette fonction précise.

Il ne faut donc pas confondre deux choses : d'un côté, le rejet émotionnel d'une personne ; de l'autre, le choix souverain de Dieu dans l'histoire de son alliance.

Dans **Proverbes 13:24**, « haïr son fils » ne signifie pas le détester, mais agir contre son bien en refusant de le corriger, ce qui relève d'une négligence éducative.

Tandis que dans **2 Samuel 13:15**, la haine d'Amnon envers Tamar est une haine réelle, affective et coupable, qui se manifeste par un rejet violent après son péché.

---

## 5. La famille comme lieu de discipulat

La famille n'est pas seulement un lieu où l'on mange, dort et s'organise. Bibliquement, c'est aussi un lieu où la foi se transmet.

### **Deutéronome 6:4-7**

« Écoute, Israël ! L'Éternel, notre Dieu, est le seul Éternel.

Tu aimeras l'Éternel, ton Dieu, de tout ton cœur, de toute ton âme et de toute ta force.

Et ces commandements, que je te donne aujourd'hui, seront dans ton cœur.

Tu les inculqueras à tes enfants, et tu en parleras quand tu seras dans ta maison, quand tu iras en voyage, quand tu te coucheras et quand tu te lèveras. »

Deutéronome 6:4-7 est un exemple de la discipline familiale comme transmission quotidienne d'une vie ordonnée autour de Dieu.

Pourquoi ? Parce que la discipline n'y est pas seulement la correction des enfants. Elle est une formation de toute la maison autour de Dieu.

Le texte contient quatre niveaux.

D'abord, Dieu au centre : « L'Éternel est le seul Éternel. »

Ensuite, le cœur des adultes : « Tu aimeras l'Éternel de tout ton cœur. » Avant de discipliner les enfants, les parents doivent eux-mêmes être disciplinés devant Dieu.

Ensuite, la transmission aux enfants : « Tu les inculqueras à tes enfants. » La famille devient un lieu d'enseignement, pas seulement un lieu d'affection.

Enfin, le rythme quotidien : maison, voyage, coucher, lever. La discipline biblique n'est pas seulement une punition ponctuelle. C'est une culture familiale répétée, vécue, enseignée, incarnée.

### **Josué 24:15**

« Moi et ma maison, nous servirons l'Éternel. »

---

## **6. La discipline et les enfants**

La préoccupation principale de tout parent est celle-ci : comment discipliner sans écraser ? Comment corriger sans provoquer ? Comment former sans humilier ?

### **Éphésiens 6:4**

« Et vous, pères, n'irritez pas vos enfants, mais élevez-les en les corrigeant et en les instruisant selon le Seigneur. »

Le verset est court, mais très riche.

Il donne une vision équilibrée de la discipline dans la famille.

#### **1. "Et vous, pères..."**

Paul s'adresse aux pères, parce qu'ils portent une responsabilité spirituelle forte dans la maison. Mais le principe concerne l'autorité parentale au sens large : père, mère, responsables de l'éducation.

#### **2. "N'irritez pas vos enfants..."**

Cela signifie : ne pas éduquer par l'humiliation, la dureté excessive, l'injustice ou les exigences incohérentes.

### **3. "Mais élevez-les..."**

Cela signifie : accompagner leur croissance, pas seulement physique, mais aussi morale, affective et spirituelle.

### **4. "En les corrigeant..."**

Cela signifie : poser des limites, reprendre l'enfant, lui apprendre que ses actes ont des conséquences.

### **5. "Et en les instruisant selon le Seigneur."**

Cela signifie : expliquer, transmettre, former son cœur et sa conscience dans la voie du Seigneur.

La discipline n'est pas seulement comportementale. Elle est spirituelle. Elle apprend à l'enfant à vivre devant Dieu, pas seulement à bien se tenir devant les hommes.

La discipline familiale biblique consiste à former sans écraser, corriger sans provoquer, instruire sans dominer, afin que toute la maison apprenne à vivre sous le regard du Seigneur.

La discipline familiale n'est pas d'abord l'art de faire obéir les enfants. C'est l'art de former une maison où l'autorité, l'amour, la correction et l'instruction sont soumis au Seigneur.

L'auteur chrétien Tedd Tripp, dans *Shepherding a Child's Heart*, insiste sur une idée proche : les paroles et les actes de l'enfant révèlent ce qui se forme dans son cœur. La discipline chrétienne ne doit donc pas seulement viser le comportement extérieur ; elle doit aider l'enfant à comprendre ce qui se passe en lui devant Dieu. Cela ne veut pas dire justifier la dureté. Cela veut dire que corriger un enfant, ce n'est pas seulement arrêter une mauvaise action. C'est former une conscience.

Éduquer nécessite de comprendre la psychologie de l'enfant. Car Dieu n'annule pas la nature, mais il la redirige afin qu'elle serve ses desseins.

### **Proverbes 22:6**

« Instruis l'enfant selon la voie qu'il doit suivre ; et quand il sera vieux, il ne s'en détournera pas. »

La vision de Dieu pour la famille est qu'elle est chrétienne, et que chaque membre est appelé à devenir disciple de Christ.

---

## **7. Comment rendre la discipline pratique : la discipline comme grâce organisée dans le temps**

### **Deutéronome 6:6-7**

« Et ces commandements, que je te donne aujourd'hui, seront dans ton cœur. Tu les inculqueras à tes enfants, et tu en parleras quand tu seras dans ta maison, quand tu iras en voyage, quand tu te coucheras et quand tu te lèveras. »

Ce verset nous montre que l'éducation familiale n'est pas seulement une réaction aux problèmes. C'est une intention organisée dans le temps. Dieu parle du cœur, de la maison, du voyage, du coucher et du lever. Autrement dit, la foi et la discipline ne doivent pas rester dans les grands discours : elles doivent entrer dans les heures ordinaires de la famille.

C'est pourquoi la discipline familiale concerne tout le monde : les parents, parce qu'ils portent d'abord la Parole dans leur cœur ; le couple, parce qu'il doit protéger son alliance ; les enfants, parce qu'ils doivent être élevés, corrigés et instruits ; et toute la maison, parce que ce que l'on répète finit par former une culture familiale.

La discipline chrétienne dans la famille, ce n'est pas rendre la maison dure ; c'est organiser la grâce dans le temps, afin que chacun y trouve sa place, sa correction, sa sécurité et son chemin vers Dieu.

**Question** : dans votre maison, quelle habitude se répète déjà et forme votre famille, même sans que vous l'ayez vraiment choisie ?

Cela peut être une bonne habitude ou une mauvaise : la prière, les repas ensemble, les cris, les écrans, le silence, les conversations, les reproches ou les bénédictions.

La vraie question est donc celle-ci : notre famille est-elle formée par des intentions claires ou par ce que nous subissons ?

---

## 8. La discipline dans le couple

Sans organisation, le couple s'érode. Pas forcément par une grande crise. Par petites absences. Deux personnes vivent dans la même maison, mais ne se parlent plus vraiment. L'affection s'use lentement.

Il faut donc décider ensemble d'un moment régulier : une vraie conversation, une fois par semaine. Sans téléphone. Sans écran. Pas forcément un temps long, mais réel.

Il faut aussi planifier de parler des choses difficiles afin d'éviter les disputes : les finances, les enfants, la belle-famille, les décisions importantes.

Prier et servir Dieu ensemble fait aussi partie de la discipline du couple.

### Amos 3:3

« Deux hommes marchent-ils ensemble, sans en être convenus ? »

Même l'intimité du couple a besoin d'attention, d'accord, de respect et parfois d'organisation. Ce n'est pas froid. C'est réaliste. Surtout quand arrivent les enfants.

### 1 Corinthiens 7:5

« Ne vous privez point l'un de l'autre, si ce n'est d'un commun accord pour un temps, afin de vaquer à la prière ; puis retournez ensemble, de peur que Satan ne vous tente par votre incontinence. »

Apprenons de façon intentionnelle à investir en l'autre, à le bâtir et à le combler dans les diverses sphères le concernant (intellectuelle, morale, spirituelle, affective, émotionnelle, sexuelle, physique et matérielle...)

### 1 Corinthiens 7:3

« Que le mari rende à sa femme ce qu'il lui doit, et que la femme agisse de même envers son mari. »

**Références possibles** : *Les 5 langages de l'amour* ; *Toujours mariés, toujours amoureux* de Gary Chapman ; *Les 5 langages sexuels* de Margot Fried-Filliozat.

---

## 9. La discipline avec les enfants

### Soyez présents et vrais

On ne peut pas former une famille dans la vérité si l'on vit soi-même dans le double langage, la calomnie, les cachoteries ou l'hypocrisie. Les enfants n'apprennent pas seulement ce qu'on leur dit ; ils observent ce que nous sommes quand nous pensons qu'ils ne regardent pas.

### Le quotidien est une école

Chaque jour, quelque chose s'apprend dans la maison : une parole, une réaction, une manière de demander pardon, de prier, de gérer un conflit, d'écouter Dieu. Même dans les moments simples, Dieu parle et forme les cœurs. La première école des enfants pour devenir disciples, c'est la vie de leurs parents. Avant même les enseignements, les programmes et les conseils, ils voient une manière de vivre.

**Question** : si vos enfants imitaient votre manière de parler, de demander pardon, de gérer la colère, de prier et de traiter les autres, qu'apprendraient-ils réellement de Christ ?

Paul l'avait bien compris : on enseigne plus fortement par l'exemple que par les paroles seules. C'est pourquoi il pouvait dire : « Soyez mes imitateurs, comme je le suis moi-même de Christ. »

La maison doit devenir la première classe d'affermissement spirituel de toute la famille.

### Commencez petit, mais soyez constants

Il ne s'agit pas de tout transformer d'un coup. Mais d'améliorer les choses une par une. Mieux vaut un peu de quelque chose de façon constante que trop d'une chose administrée de manière sporadique.

**Références possibles** : *Les 5 langages de l'amour des enfants* ; *Guide créatif d'une famille où on se sent bien* ; *Élever ses enfants à l'ère numérique*, Gary Chapman.

---

## 10. Les trois dangers à éviter

### Premier danger : la perfection

Vous ne réussirez pas chaque semaine. Ce n'est pas grave.

La fidélité imparfaite vaut mieux que la perfection intermittente. Une mauvaise semaine ne détruit pas tout. On recommence la semaine suivante.

Dieu ne demande pas des parents parfaits, mais des parents disponibles.

### Deuxième danger : l'absence de structure

Dire « ça va venir naturellement » est souvent une illusion.

Sans organisation, les urgences prennent la place. Et ce qui est important disparaît.

On se retrouve souvent à être très occupés en tant que parents et membres de famille. Et la question est la suivante : sommes-nous pour autant productifs selon les attentes du Seigneur ?

### Troisième danger : l'absence de grâce

Il faut être très clair ici, parce que c'est là que beaucoup échouent.

Oui, nous avons raison de nous discipliner. Mais pas avec une culpabilité écrasante.

Vous savez ce que j'ai vu ? Des parents qui s'organisent et puis, une semaine où ça ne marche pas, ils s'effondrent. Ils se disent : "Je suis un mauvais parent. Je n'arrive pas à tenir." Et ils abandonnent.

### **Ça, c'est la culpabilité qui tue la discipline.**

Voici la vérité biblique que nous devons intérioriser :

Je suis un disciple de Jésus, accepté, pardonné, capable.

Pas capable parce que je suis fort. Capable parce que Jésus m'a accepté tel que je suis.

La discipline vient de là, pas de la honte.

### **Ce que la grâce change**

Quand nous nous organisons par envie pour le bien de notre famille, c'est léger. C'est joyeux.

Quand nous nous organisons par culpabilité parce que nous pensons ne pas mériter le repos, c'est écrasant et ça ne dure pas.

Une mère qui dit : "Je mets en place ce rituel familial parce que j'aime mes enfants et que je veux une maison où on se voit vraiment", c'est différent de celle qui dit : "Je dois absolument réussir ou je suis une mauvaise mère."

La première tiendra. La seconde s'effondrera.

Voici la distinction clé : la discipline n'est pas d'être parfait. La discipline est de prendre une décision que l'on souhaite tenir en sachant que ça ne sera peut-être pas parfait et d'être d'accord avec ça.

La culpabilité dira: "Pourquoi n'ai-je pas été assez bien cette semaine ?"

Et la grâce dit : "Je n'ai pas réussi cette semaine, mais la décision reste, je réessaie la semaine prochaine."

Telle est la différence : l'une vous paralyse. L'autre vous remet en mouvement.

### **Jésus et les disciples**

Vous savez comment Jésus a traité ses disciples quand ils échouaient ? Il ne leur a pas crié dessus. Il ne les a pas mis à la porte. Il les a restaurés.

Pierre a renié Jésus trois fois. Et Jésus l'a relevé et restauré.

C'est cela, la grâce. C'est ça qui donne la force de recommencer.

Donc, oui, disciplinons notre famille. Organisons notre temps. Tenons nos engagements.

Mais faisons-le depuis un cœur qui a reçu grâce, pas depuis un cœur rongé par la culpabilité.

---

## **11. Ce que vous répétez façonne ce que vous devenez**

Ce ne sont pas seulement les grands discours qui forment une famille. Ce sont les gestes répétés.

Un repas sans téléphone une fois par semaine pendant dix-huit ans, cela fait des centaines de repas. L'enfant l'intègre. Il comprend : « Dans ma famille, on se parle. Dans ma famille, on se retrouve. Dans ma famille, je compte. »

Une prière régulière, une conversation régulière, un moment en couple, un temps seul avec chaque enfant : tout cela paraît petit. Mais répété dans le temps, cela devient une culture familiale.

---

## **12. Comment faire concrètement cette semaine ?**

Il ne faut pas tout changer d'un coup. Il faut commencer par trois choses simples.

### **1. Un moment avec votre conjoint**

Un vrai moment dans la semaine. Une sortie, une conversation, un temps d'intimité, un moment sans téléphone.

Pas « si j'ai le temps ».

Inscrit dans l'agenda.

### **2. Du temps avec vos enfants**

Pas seulement collectif. Chacun, seul.

Trente minutes à une heure par enfant, par semaine, si possible. L'enfant doit pouvoir sentir : « J'ai un moment avec mon père. J'ai un moment avec ma mère. Je ne suis pas seulement dans le groupe. Je suis vu personnellement. »

### **3. Un moment familial**

Un repas. Une prière. Une discussion. Sans téléphone. Une fois par semaine.

Simple. Mais régulier.

## **Exercice : les trois rendez-vous protégés**

Demandez à chacun d'écrire trois choses sur une feuille ou dans son téléphone.

### **1. Un moment pour le couple**

Jour : ...

Heure : ...

Action simple : parler, prier, marcher, manger ensemble, sans téléphone.

### **2. Un moment avec un enfant**

Nom de l'enfant : ...

Jour : ...

Heure : ...

Action simple : écouter, jouer, marcher, lire, prier, parler seul à seul.

### **3. Un moment pour toute la famille**

Jour : ...

Heure : ...

Action simple : repas sans téléphone, prière courte, discussion familiale, lecture biblique simple.

**La discipline devient réelle quand elle quitte l'intention pour entrer dans l'agenda. Ce qui n'est pas écrit reste fragile ; ce qui est écrit peut-être protégé, vécu, observé et recommencé.**

---

### **13. Comment rendre cela durable ?**

Écrivez-le. Écrivez la vision, car ce qui ne s'écrit pas s'évapore.

Comme le dit **Habacuc 2:2**, une vision doit être rendue claire, visible et lisible. Dans la famille aussi, les bonnes intentions doivent devenir des repères concrets, sinon elles disparaissent dans la fatigue, les urgences et les habitudes.

#### **Habacuc 2:2**

« Écris la vision, grave-la sur des tables, afin qu'on la lise couramment. »

---

### **Conclusion**

Ce qu'il faut retenir est simple.

Dieu doit avoir la première place. Cela ne détruit pas la famille, cela l'ordonne.

Jésus ne nous demande pas d'abandonner nos familles ni de fuir nos responsabilités. Il nous demande de ne pas faire de nos familles une autorité supérieure à Dieu.

La famille fonctionne sur l'engagement, pas seulement sur l'émotion.

La discipline familiale, ce n'est pas d'abord punir. C'est former une maison où l'amour, l'autorité, la correction, la prière et la transmission sont placés sous le regard du Seigneur.

Cette semaine, ne cherchez pas à tout changer. Changez une chose à la fois.

Un moment en couple.

Un temps avec un enfant.

Un repas familial sans téléphone.

Une prière courte, mais régulière.

Écrivez-le. Faites-le. Observez. Recommencez.

Les petits gestes répétés forment le caractère et la personnalité des grandes familles.

### **Bibliographie et références**

#### **Références bibliques principales**

- Genèse 2:24

- Exode 20:12
- Deutéronome 6:4-7
- Josué 24:15
- 2 Samuel 13:15
- Proverbes 13:22
- Proverbes 13:24
- Proverbes 14:1
- Proverbes 22:6
- Malachie 1:2-3
- Amos 3:3
- Matthieu 6:33
- Matthieu 12:48-50
- Marc 10:28-30
- Luc 14:26
- Romains 9:13
- 1 Corinthiens 7:3
- 1 Corinthiens 7:5
- Galates 6:10
- Éphésiens 5:25
- Éphésiens 6:1-4
- 1 Timothée 3:12
- 1 Timothée 5:8
- Habacuc 2:2

#### **Ouvrages et auteurs mentionnés**

- Tedd Tripp, *Shepherding a Child's Heart*.
- Gary Chapman, *Les 5 langages de l'amour*.
- Gary Chapman, *Toujours mariés, toujours amoureux*.
- Gary Chapman, *Les 5 langages de l'amour des enfants*.
- Gary Chapman, *Élever ses enfants à l'ère numérique*.
- Margot Fried-Filliozat, *Les 5 langages sexuels*.

#### **Autre référence mentionnée**

- *Guide créatif d'une famille où on se sent bien.*

---

**Cours préparé par Évangéliste Patricia Adé**