



L'ESPRIT,  
L'âme *et*  
LE CORPS

*Êtes-vous réellement une âme dans un corps?*

F R A N C K   K V A S K O F F

ESPRIT AME ET CORPS



# Esprit, Âme et Corps

Franck Kvaskoff

Copyright © 2013 - 2020 Franck Kvaskoff

Tous droits réservés. Aucune partie de cette publication ne pourra être reproduite, adaptée, traduite, distribuée, ou transmise sous aucun format que ce soit, ou sauvegardée dans une base de données quelconque, ou même n'importe quel système de sauvegarde, sans la permission expresse de l'auteur.

Publié et distribué gratuitement sous ce format Ebook par le ministère La Vraie Bonne Nouvelle.

Visitez notre site internet [www.lavraiebonnenouvelle.org](http://www.lavraiebonnenouvelle.org)

Première publication en 2013.

## ESPRIT AME ET CORPS

- Comment comprendre la Bible
- Diriger tout mon être avec mon esprit
- Épreuves Tentations et Persécutions ne pas les confondre
- Esprit, Âme et Corps
- Et je le vois s'accomplir
- Guérissez les malades, ce n'est pas une option
- Je prends et j'utilise mon autorité
- La Foi, le lien obligatoire
- La grande supercherie
- La Nouvelle Naissance
- La personne de Jésus Christ
- La repentance
- La Sainte Cène
- Le Jeûne
- Le vrai visage de satan
- Les « Que » de la Bible
- Maintenant assieds-toi et regarde
- La personnalité de Dieu
- Le Saint Esprit

## BIOGRAPHIE

Franck est devenu chrétien né de nouveau en 1986 à Brisbane en Australie à l'âge de 22 ans.

C'est en 2006 dans le sud de la France que Dieu lui a fait part de Son désir de l'utiliser pour répandre Son Évangile. Franck commence alors à étudier sérieusement la Bible, et à écrire ses premières études bibliques. Ce n'est que 7 années plus tard qu'il crée le ministère The Real Good News en Australie ainsi que La Vraie Bonne Nouvelle en France, après avoir reçu une solide formation avec le Saint Esprit.

Franck ne se considère pas comme un écrivain, mais simplement comme un chrétien qui raconte ce qu'il vit dans sa vie personnelle. Ses livres sous formes d'études bibliques sont bien souvent agrémentés d'anecdotes de sa vie où il n'hésite pas à révéler ses erreurs de parcours ; on y découvre également parfois des situations avec sa famille. C'est une personne qui met une emphase importante sur le fait d'aimer son prochain. C'est pourquoi Franck aime prier pour guérir les malades, mais également enseigner les gens afin de les aider à entrer dans une autonomie en Jésus. Son but principal est de voir une Église qui utilise tout ce que Dieu lui a donné, mais également de voir le plus de monde possible passer par la nouvelle naissance.

## ESPRIT AME ET CORPS

**V**oici trois entités, qui bien souvent sont mal comprises, ou tout simplement, pas comprises du tout.

Nous allons essayer dans ces quelques pages, de rendre la perception de notre être beaucoup plus claire. En effet en tant qu'être humain, la bible dit que nous sommes formés de trois parties: notre esprit, notre âme et notre corps.

**1 Thessaloniens 5:23** *Que le Dieu de paix vous sanctifie lui-même tout entier, et que tout votre être, l'esprit, l'âme et le corps, soit conservé irrépréhensible, lors de l'avènement de notre Seigneur Jésus-Christ !*

Lorsque Dieu créa les êtres humains, il le fit à l'image de la Trinité. **Jean 1:1** nous dit: *Au commencement était la Parole, et la Parole était avec Dieu, et la Parole était Dieu.* Il est question ici de Jésus, qui est la parole. Et ce verset nous dit que la parole était là, lorsque Dieu fit la création au commencement.

La bible dit aussi dans **Genèse 1:2** *La terre était informe et vide : il y avait des ténèbres à la surface de l'abîme, et l'Esprit de Dieu se mouvait au-dessus des eaux.*

Nous savons donc maintenant que les trois personnes de la Trinité étaient réunis, ensembles, lorsque les êtres humains furent créés.

Et lorsque Dieu dit dans: **Genèse 1:26** *(traduction français courant) Dieu dit enfin : Faisons les êtres humains ; qu'ils soient comme une image de nous, une image vraiment ressemblante !*

## ESPRIT AME ET CORPS

Tout notre être, formé de l'esprit, de l'âme et du corps est conçu sur l'image de la Trinité.

En effet, Dieu notre Père forme des plans, des projets pour nos vies. Jésus lui, nous annonce ces plans, et le St Esprit se charge de nous aider d'une manière pratique à mettre ces projets, ces plans dans nos vies en œuvre (pour plus de détails sur ce sujet, voir mon étude nommée « Le St Esprit »). Et de la même manière, notre esprit, âme et corps sont en relation les uns avec les autres. A ceci près, Le Père, le Fils et l'Esprit sont dans une parfaite entente, une parfaite corrélation.

Mais depuis la chute, nos trois parties esprit, âme et corps ne sont pas dans une entente parfaite, et encore moins dans une parfaite corrélation. Et c'est là tout le challenge de notre vie en Jésus Christ, rétablir l'équilibre entre notre esprit, notre âme, et notre corps.

Nous sommes maintenant bien au clair sur le fait que, même en étant nés de nouveau, nous avons un problème, principalement avec notre esprit et notre chair. Une lutte acharnée qui durera toute notre vie sur terre.

Jésus dit dans **Mattieu 26:41** *Veillez et priez, afin que vous ne tombiez pas dans la tentation ; l'esprit est bien disposé, mais la chair est faible.*

Nous allons maintenant essayer de mieux nous connaître nous-mêmes, en étudiant les trois parties qui composent notre être.

Pour cela nous devons repartir un peu en arrière.

Lorsqu' une personne n'est pas née de nouveau, son esprit est solidaire avec son âme. C'est un peu comme si son âme et son esprit ne faisaient qu'un. La bible dit que la parole de Dieu est capable de séparer l'âme et l'esprit.

**Hébreux 4:12** *En effet, la parole de Dieu est vivante et efficace. Elle est plus tranchante qu'aucune épée à deux tranchants. Elle pénètre jusqu'au point où elle sépare âme et esprit, jointures et moelle. Elle juge les désirs et les pensées du cœur humain.*

## ESPRIT AME ET CORPS

Je peux donc en conclure que lorsque je n'avais pas entendu la parole de Dieu, mon âme était comme soudée à mon esprit.

Il est donc primordial que mon esprit soit séparé de mon âme.

Mais pourquoi ?

Pour cela, regardons en détails, et un par un, esprit, âme et corps.

### MON ESPRIT

Qu'est-ce que mon esprit ? Difficile à saisir. Je ne peux pas le voir, je ne peux pas le toucher non plus. Par contre je n'ai aucun doute sur le fait que mon esprit est bien en moi.

**Jean 19:30** nous dit : *Quand Jésus eut pris le vinaigre, il dit : Tout est accompli. Et, baissant la tête, il rendit l'esprit.*

Comme le montre ce passage, Jésus rendit son esprit à sa mort sur la croix, l'esprit est donc bien cette partie de moi qui me garde en vie. C'est seulement à ma mort physique que mon esprit quittera mon corps.

Dans ce passage il n'est pas question de l'âme de Jésus, mais uniquement de son esprit, c'est pourquoi la bible dit que la parole de Dieu, qui va produire la foi en moi, va comme isoler mon esprit afin que mon esprit soit libéré.

Ce processus correspond au moment où j'entends parler de la bonne nouvelle de Jésus Christ, et que j'y prête attention. Les mots que j'entends ou ceux que je lis vont agir comme une épée qui va couper chaque lien entre mon esprit et mon âme.

Maintenant mon esprit coupé de mon âme, va pouvoir être régénéré par Dieu.

Pourquoi mon esprit a-t-il besoin d'être régénéré ?

Tout simplement parce qu'en étant lié à mon âme depuis ma naissance il a été contaminé par le péché. Et pour pouvoir être transformé par Dieu, il doit être auparavant séparé des liens d'avec mon âme.

Lors de la nouvelle naissance c'est mon esprit qui sera sauvé, pas mon corps.



## ESPRIT AME ET CORPS

**1 Corinthiens 5:5** *qu'un tel homme soit livré à Satan pour la destruction de la chair, afin que l'esprit soit sauvé au jour du Seigneur Jésus.*

Pour ceux qui ne sont pas nés de nouveau, c'est leur âme et leur corps qui va en enfer :

**Matthieu 10:28 dit:** *Ne craignez pas ceux qui tuent le corps et qui ne peuvent tuer l'âme ; craignez plutôt celui qui peut faire périr l'âme et le corps dans la géhenne.*

Mon esprit est donc la partie de mon être qui a reçu par avance la vie éternelle avec Dieu.

Depuis ma nouvelle naissance, mon esprit est justifié, ou rendu juste, c'est à dire que Dieu considère que mon esprit est purifié de tous péchés. Être juste devant Dieu cela signifie être approuvé par Dieu, être intègre, avoir des pensées et des actions saines.

Regardons **Romains 8:10** *Et si Christ est en vous, le corps, il est vrai, est mort à cause du péché, mais l'esprit est vie à cause de la justice.*

D'autres traductions comme "parole de vie, ou français courant " disent dans la fin du verset: *"Vous avez été rendus justes"*

Je peux donc en conclure que mon esprit, qui était impur lorsque je n'étais pas né de nouveau, est devenu pur lors de ma nouvelle naissance, et il le restera pour l'éternité. C'est uniquement mon esprit qui est justifié devant Dieu.

Attention, je ne dois pas confondre mon esprit régénéré et justifié en Jésus Christ, et l'Esprit de Dieu, ou le Saint Esprit. Ce sont deux entités différentes.

Il m'est arrivé de rencontrer des chrétiens qui pensaient que leur esprit régénéré et le Saint Esprit de Dieu sont une seule et même personne. Et que lorsque je suis né de nouveau, Dieu remplace mon esprit par le sien. C'est une erreur qui va fausser en moi, toute la perception de mon esprit rendu juste.

**Romains 8:16 dit:** *L'Esprit de Dieu atteste lui-même à notre esprit que nous sommes enfants de Dieu.*

Il y a bien ici deux esprits, le mien, et le Saint Esprit. Il est très important de bien faire la différence entre les deux. (Pour plus de détails sur le St Esprit, voir mon étude nommée "St Esprit").

## MON ÂME

Nous venons de voir ensemble que depuis ma nouvelle naissance mon âme est maintenant séparée de mon esprit.

Mon âme est le centre de mes émotions, elle renferme, d'un point de vue humain, ce que j'aime, ou n'aime pas, mes traits de caractère, ce que nous appelons communément notre personnalité.

Dans **Luc 2:35**, Siméon a dit à Marie, en parlant de la crucifixion de son fils Jésus. *"Quant à toi, Marie, la douleur te transpercera l'âme comme une épée"*.

C'est dans son âme que Marie a ressentie toute la douleur qui l'a transpercée.

Mon âme est un peu le tampon entre mon esprit et mon corps. Elle a des informations que mon corps et mon esprit lui envoient.

Lorsque Siméon a parlé à Marie ce jour-là, ce sont ses oreilles qui ont transmis cette information à son âme. A l'écoute des paroles de Siméon, Marie a dû ressentir une douleur dans son âme.

Puis le jour où elle a vécu la crucifixion de Jésus, ce sont en plus de ses oreilles, ses yeux qui lui ont donnés les informations, et qui ont engendré une douleur transperçant son âme.

Lorsque je pêche, c'est mon corps ou mon âme que je vais contaminer, et uniquement mon corps ou l'âme. Souvenons-nous, mon esprit lui, reste pur, car, à la nouvelle naissance, il est justifié par Dieu. (Pour plus de détails voir mon étude nommée "la Nouvelle Naissance").

## ESPRIT AME ET CORPS

Mon âme ressent des sentiments, comme la joie, la paix, la douleur, la tristesse.

**Matthieu 26:38 Jésus dit:** *Il leur dit : Mon âme est triste jusqu'à la mort ; restez ici, et veillez.*

Elle peut louer Dieu, comme pécher contre Dieu.

**Psaume 16:9** *C'est pourquoi j'ai le cœur plein de joie, j'ai l'âme en fête. Je suis en parfaite sécurité.*

**Psaume 41:4** *Je dis : Eternel, aie pitié de moi ! Guéris mon âme ! Car j'ai péché contre toi.*

Mon âme est bien ma personnalité, ce qui fait que je suis "moi".

A certains moments de la bible, l'âme est décrite comme signifiant un être vivant, comme une personne physique, comme une manière de penser. C'est tout cela qu'est notre âme. On ne peut pas vraiment dire que l'âme est exactement ceci ou cela. Elle est en fin de compte tout cet ensemble qui décrit un être vivant qui a des pensées et qui prend des décisions.

Néanmoins, Il faut bien faire la différence entre l'âme dans l'ancien testament et dans le nouveau.

Souvenons-nous d'**Hébreux 4:12**, qui dit que lorsque j'entends la parole de Dieu (donc la bonne nouvelle de Jésus Christ, qui lui-même, est la Parole), mon âme est séparée de mon esprit. Chose qui n'était pas le cas dans l'ancien testament, à cette époque l'âme était totalement solidaire de l'esprit humain.

Ils ne faisaient qu'un. Exactement comme une personne aujourd'hui qui n'a pas entendu la parole de Dieu, ou qui l'a entendu mais la refuse. Je ne veux pas dire pas que les humains dans l'ancien testament étaient semblables à ceux qui ne sont pas en Christ aujourd'hui, pas du tout. Mais simplement que leur âme et leur esprit sont une seule et même entité.

Mais la situation spirituelle est totalement différente, car dans l'ancien testament, le peuple de Dieu s'attachait, pour la plupart à suivre les

## ESPRIT AME ET CORPS

commandements. Ce qui n'est pas le cas des personnes aujourd'hui qui ne sont pas nés de nouveau.

Ce point étant éclairci, revenons à la définition de notre âme.

En hébreux, l'âme se dit "nephesh". Littéralement, elle peut signifier:

- Une créature
- Tout ce qui respire
- L'homme lui-même
- Le siège des émotions et des passions
- Un être vivant
- Tout ce qui a une vie par le sang.

On peut donc dire que tout être vivant qui respire, qui agit de différentes manières, qui a un système sanguin, possède une âme. On peut penser, en plus des humains, aux animaux. A chaque fois que je vais faire un choix, prendre une décision, agir d'une manière ou d'une autre, c'est mon âme qui en donne l'ordre à mon corps.

Je dois réaliser une chose importante, mon âme peut évoluer.

Ce n'est pas parce que je m'aperçois que je corresponds à un certain style de personne qui peut me décevoir de temps à autre, que je dois en faire une fatalité, et me dire que ce sera comme cela toute ma vie. Non pas du tout. Ou même si je suis satisfait de la personne que je suis, et que je ne ressens pas vraiment le besoin de changer. Eh bien laissez-moi vous dire que notre âme doit évoluer, elle doit en d'autres termes, s'améliorer, devenir meilleure.

Regardons ce que dit Jean dans sa troisième lettre.

**3Jean 1:2** *Bien-aimé, je souhaite que tu prospères à tous égards et sois en bonne santé, comme prospère l'état de ton âme.*

## MON CORPS

Je dirais qu'il est la partie de nous la plus claire, la plus facile à réaliser. Mais en même temps la partie la plus difficile à dompter.

Bien sûr parce que, je vois mon corps, je le touche, etc. J'ai une image de ce corps qui est le mien. Lui aussi, à l'image de mon âme, peut changer, évoluer vers le bien ou vers le mal. Paul dit aux romains:

**Romains 8:13** *Si vous vivez selon la chair, vous mourrez ; mais si par l'Esprit vous faites mourir les actions du corps, vous vivrez,*

Il sera facile d'identifier les moyens avec lesquels mon corps va communiquer. Ce sont tout simplement nos cinq sens.

- Le toucher
- L'odorat
- L'ouïe
- La vue
- Le goût

C'est avec ces cinq moyens que mon corps va s'adresser à mon âme.

On pourrait croire que notre corps n'est pas vraiment spirituel, car souvent c'est par lui que le péché entre en nous.

La bible nous révèle que notre corps est faible, il n'a pas, comme une volonté, qui va le raisonner.

## ESPRIT AME ET CORPS

**Marc 14:38** *Veillez et priez, afin que vous ne tombiez pas en tentation ; l'esprit est bien disposé, mais la chair est faible.*

Lorsque j'ai commencé à étudier l'esprit, l'âme, et le corps, dans un premier temps, j'ai commencé à réaliser que bien souvent mon corps me mentait lorsqu'il s'adressait à moi. Pour me dire par exemple: "J'ai faim", ou alors, "Je suis fatigué", alors qu'il n'en était rien. Et puis je suis tombé dans une erreur, qui consistait à commencer à ne plus aimer mon corps. Je me disais, c'est un menteur, c'est de lui que viennent la plupart de mes problèmes, il est faible, il n'est pas spirituel. Moi je suis un chrétien né de nouveau, je veux m'améliorer, changer vers le bien.

Mais mon corps, lui, fait tout le contraire, alors pourquoi continuer avec lui. Et lorsque je lisais des passages comme:

**Romains 7:24** *Misérable que je suis ! Qui me délivrera du corps de cette mort ?*

...

Cela ne faisait que conforter ma pensée.

Je me suis dit, je vais complètement me concentrer sur mon esprit et mon âme, et là au moins mon corps ne ralentira plus mon avancée vers mon Dieu, mon Père.

Au bout de quelques semaines, je me suis aperçu qu'avec une théorie comme celle-ci, je faisais de mon corps mon ennemi. Et un matin lorsque je priais, le St Esprit m'a repris et a dit : "Oui, bien sûr ton corps est faible, bien souvent c'est la partie de ton être qui est la cause de certains péchés dans ta vie. Mais regardes, en ce moment tu me pries, et comment le fais-tu ? Avec ton âme, avec ton esprit. Mais aussi avec ta bouche. Lorsque tu chantes pour moi, tu le fais avec ton corps, lorsque tu me loues en musique, tu le fais aussi avec ton corps." Comment ne pas me rendre à l'évidence ? J'étais tombé dans un excès, c'était maintenant flagrant. J'avais été victime de ma bêtise. Ce fut une bonne leçon pour moi.

L'équilibre est celui qu'il faut respecter avant tout.

## ESPRIT AME ET CORPS

On peut avoir parfois tendance à vouloir aller là où l'Esprit de Dieu ne le demande pas. J'ai à partir de ce moment, bien compris que si Dieu nous a créé esprit, âme et corps, c'est qu'il savait ce qu'il faisait. Et même si mon corps me pose problème de temps à autre, Mon Père dans le ciel m'a donné en Jésus Christ, tout ce dont j'ai besoin pour remédier au problème avec l'assistance du St Esprit.

Mon corps est aussi celui qui va me servir pour communiquer avec les autres. Nous n'avons pas naturellement la faculté de lire dans les pensées les uns des autres. C'est donc avec mes sens corporels que je vais dialoguer avec mon prochain. Les paroles que je prononce, lorsque je touche quelqu'un, que je le prends dans mes bras, un regard, des phrases qui viennent à mes oreilles, tous ces exemples sont les différentes informations que mon âme va devoir analyser.

Il peut arriver que je réagisse sans réfléchir.

***Proverbes 20:25 dit: C'est un piège pour l'homme que de prendre à la légère un engagement sacré, Et de ne réfléchir qu'après avoir fait un vœu.***

Maintenant que nous connaissons un peu mieux les différentes fonctions de mon esprit, mon âme et de mon corps, nous allons pouvoir aborder la relation qui existe entre les trois.

Comment communiquent-ils ?

Comment cohabitent ils ensemble ?

Qui doit dominer ?

Comment établir un équilibre entre les trois ?

Je me souviens que si je suis né de nouveau, ce sont trois parties qui forment mon être, et seulement si je suis né de nouveau. Je dis cela car j'ai souvent vu les gens qui n'étaient manifestement pas nés de nouveau, vouloir adopter des comportements et des attitudes de personnes avec un esprit renouvelé et justifié par Dieu. C'est impossible, ça ne tient pas longtemps.

## ESPRIT AME ET CORPS

C'est le cas de certaines personnes qui fréquentent des milieux chrétiens, et qui essayent d'agir comme une personne née de nouveau sans l'être eux-mêmes. On peut trouver des personnes qui le font par pure hypocrisie, ou simplement par simple ignorance. Ce sont des attitudes qui, malheureusement ont toujours existé.

Jésus lui-même l'a relevé dans **Matthieu 23:28** *Vous de même, au dehors, vous paraissez justes aux hommes, mais, au dedans, vous êtes pleins d'hypocrisie et d'iniquité.*

Paul aussi a pu dire à Tite dans

**1 Timothée 1:13** *moi qui étais auparavant un blasphémateur, un persécuteur, un homme violent. Mais j'ai obtenu miséricorde, parce que j'agissais par ignorance, dans l'incrédulité ;*

Il est donc primordial avant toute chose, de m'assurer que je suis né de nouveau, car il ne suffit pas d'avoir été baptisé par immersion pour être né de nouveau. (Pour plus de détails voir mon étude nommée « La Nouvelle Naissance »).

Je dois donc être bien sûr que tout mon être est composé de mon esprit régénéré et justifié par Dieu, puis de mon âme, et de mon corps.

**1Co 15:45** *C'est pourquoi il est écrit : Le premier homme, Adam, devint une âme vivante. Le dernier Adam est devenu un esprit vivifiant.*

Mon esprit est donc parfait, il ne pèche jamais.

C'est déjà très encourageant de savoir qu'une partie de moi est déjà parfaite, je peux compter sur mon esprit, je peux m'appuyer sur lui.

A chaque fois que Dieu, par son St Esprit va venir me parler, c'est à mon esprit qu'il va s'adresser. C'est vraiment une chose très importante à réaliser, car, ce n'est pas dans mon âme, ni dans mon corps que je dois puiser la connaissance, mais c'est dans mon esprit.

**Luc 24:45** *dit il leur ouvrit l'esprit, afin qu'ils comprissent les Ecritures.*



## ESPRIT AME ET CORPS

Toute la difficulté consiste à ne pas confondre mon âme et mon esprit. Je ne peux voir ni l'un, ni l'autre. Mais ils ont une fonction différente maintenant que je suis né de nouveau. C'est mon esprit qui doit régulièrement imprégner mon âme de la connaissance de Dieu, et non pas le contraire. C'est comme une rue en sens unique, mon esprit est là comme un réservoir qui est prêt à chaque instant à imprégner mon âme de tout son contenu. C'est exactement ce qu'enseigne Paul aux Ephésiens lorsqu'il leur dit dans

***Ephésiens 4:23 à être renouvelés dans l'esprit de votre intelligence,***

***La traduction TOB dit aussi il vous faut être renouvelé par la transformation spirituelle de votre intelligence***

Notre intelligence, c'est notre âme, celle qui nous sert à raisonner. Paul dit ici, que nous devons régulièrement emmener notre âme pour qu'elle soit comme influencée par mon esprit.

Lorsque j'ai enseigné ceci à mes trois enfants, j'ai employé une image que je vais vous décrire ici.

Ce soir-là, j'avais réuni tout le monde dans notre salon, ils étaient assis sur le canapé, et moi j'étais en face, devant notre petite table basse. J'avais préparé un bol rempli d'eau, une éponge que j'avais pris soin de bien laisser sécher au soleil pour qu'elle soit dure et rêche. Et enfin j'avais pris une petite figurine dans la boîte à jouets de mon petit garçon. Me voilà sur la table en face de tout le monde avec mes trois accessoires.

J'ai commencé en disant: "vous voyez ce bol rempli d'eau, c'est notre esprit que Dieu a rendu juste lorsque nous sommes nés de nouveau. Et le St Esprit se charge de le remplir régulièrement à chaque fois que je passe du temps avec lui dans sa plénitude. A chaque fois qu'il m'enseigne quelque chose de nouveau, mon bol (mon esprit) se remplit d'eau.

Et vous voyez à côté cette éponge. Elle est toute dure et sèche". (Je l'ai passée sur le visage notre petit dernier en sachant bien qu'il allait dire: aie ça fait mal !!).

J'ai continué en disant: " maintenant en entendant votre frère, vous savez que ce n'est pas très agréable de passer cette éponge sur son visage. Cette éponge c'est comme notre âme. Si je ne la trempe pas régulièrement dans le bol d'eau, elle n'est pas agréable, et surtout je ne vais pas pouvoir laver cette figurine.

## ESPRIT AME ET CORPS

Regardez si j'essaye de la laver, ça ne marche pas, je ne peux pas enlever la saleté qui est logée dans les recoins.

Mais maintenant regardez, je la laisse à la surface du bol, au bout de quelques secondes, elle devient toute molle, et s'imprègne du liquide, regardez comme elle est douce maintenant, et surtout comme elle nettoie bien la figurine. Mais que va-t-il se passer si une fois que j'ai lavé la figurine, je laisse mon éponge au soleil, sans la retremper régulièrement dans le bol ? Elle redeviendra sèche bien sûr."

Je dois dire qu'après cette démonstration, tout le monde avait bien compris.

Alors me direz-vous, cette histoire est bien mignonne, et facile, mais comment faire pour renouveler mon âme (mon intelligence) comme le dit Eph 4:23 ?

Tout d'abord je dois bien avoir compris que mon âme est comme située entre mon corps et mon esprit, elle est un tampon comme je le disais au début. Tout ce que mon corps va voir, va entendre, pour certaines de ces choses, elles vont souiller mon âme, car souvenons-nous que notre corps envoie ce qu'il voit, ou entend, aussitôt à mon âme. Et ceci répété à longueur de journée va assécher mon âme et la polluer.

C'est un processus qui ne s'arrête jamais. Si mon âme continue à recevoir de la pollution spirituelle, elle deviendra l'alliée de mon corps, elle sera totalement soumise à mon corps. Et dans un long terme je finirai par tellement laisser entrer le péché dans ma vie, que j'en arriverai à renier Dieu. Et c'est le but du Diable.

Le but consiste donc à régulièrement, et je dirai le plus possible, suivant son emploi du temps, à tremper son éponge dans le bol rempli d'eau.

Car si je m'arrête de renouveler mon intelligence (mon âme), je peux avoir l'impression de ne pas reculer, de me dire après tout ce n'est pas si grave, je le ferai demain! Mais n'oubliez pas que les informations venant de mon corps arrivent plusieurs fois par jours dans mon âme, et par conséquent je risque de me retrouver à terme aculé au pied du mur.

Paul le dit encore dans

**Romains 12:2** *Ne vous conformez pas au siècle présent, mais soyez transformés par le renouvellement de l'intelligence, afin que vous discerniez quelle est la volonté de Dieu, ce qui est bon, agréable et parfait.*

Certains pensent en lisant ce verset que le renouvellement de l'intelligence ne s'opère qu'une seule fois. Pas du tout, cela reviendrait à dire qu'il n'y a plus de lutte entre l'esprit et la chair.

Et ce n'est pas ce que nous dit

**Marc 14:38** *Veillez et priez, afin que vous ne tombiez pas en tentation ; l'esprit est bien disposé, mais la chair est faible.*

Il y a une lutte entre les deux, mon corps essaiera toujours de reprendre le dessus.

Ce renouvellement est différent pour chacun de nous. Tout simplement parce que nous sommes tous différents dans nos personnalités.

Certains auront des attirances démesurées pour la nourriture qui va générer de l'obésité, d'autres pour le sexe opposé qui entrainera des adultères, d'autres pour le tabac qui entrainera des poumons endommagés, la liste est longue....

Je ne dis pas que les chrétiens obèses ne sont pas spirituels, mais simplement que nous avons tous des luttes dans nos corps, et que certaines de ces luttes se voient, et d'autres ne se voient pas. Alors loin de moi la pensée de vouloir juger qui que ce soit. Mais je pense qu'un équilibre entre mon esprit, mon âme et mon corps va pouvoir régler n'importe quel type de dérèglement.

Jésus nous enseigne sur la manière d'agir avec notre corps.

Il utilise volontairement des mots et des actions démesurées pour bien nous faire comprendre que nous devons agir radicalement avec notre corps dès que l'on s'aperçoit qu'une situation devient une occasion de polluer notre âme.

Lisons **Matthieu 5: 29-30** *Si donc c'est à cause de ton œil droit que tu tombes dans le péché, arrache-le et jette-le loin de toi : il vaut mieux pour toi perdre une seule partie de ton corps que d'être jeté tout entier dans l'enfer. Si c'est à cause de ta main droite que tu tombes dans le péché, coupe-la et jette-la loin de*

## ESPRIT AME ET CORPS

*toi : il vaut mieux pour toi perdre un seul membre de ton corps que d'aller tout entier en enfer.*

Evidement je ne vais pas arracher mon œil ou couper ma main sous prétexte que je regarde, ou fais des choses qui polluent mon âme.

Mais Jésus ici nous fait comprendre que l'on ne doit pas agir à la légère, la pollution spirituelle de mon âme, à terme me conduira en enfer si je ne fais rien pour la stopper.

Si le St Esprit me montre clairement une faiblesse dans mes relations, mon alimentation, mon langage, mes lectures, etc.... je dois les stopper, car il vaut mieux arriver dans le royaume de Dieu ayant vécu sans certaines lectures, ou sans aller dans certains endroits, ou sans avoir fréquenté certains types de personnes, que d'avoir fait toutes ou certaines de ces choses et finir en enfer.

Je ne veux pas paraître légaliste, car je ne le suis pas. Il est bien clair que ce qui sera une occasion de chute pour l'un ne le sera peut-être pas du tout pour un autre. C'est pour cela qu'il est important de ne pas faire d'amalgame. Par exemple de dire : "ce n'est pas bon pour toi d'aller ici ou ne fais pas cela car j'ai remarqué que chez moi ce n'est pas une bonne chose".

Dieu nous veut des enfants autonomes, connaissant nos faiblesses personnelles, et non pas adopter les faiblesses des autres dans notre propre vie.

J'ai malheureusement souvent vu dans des communautés, des chrétiens agir de manière stupide, et presque obliger les autres à adopter leurs faiblesses en en faisant une règle pour tous.

Il y a plusieurs moyens que notre Père a mis à notre disposition pour renouveler nos âmes par notre esprit justifié.

La première, et c'est la principale, c'est sa parole, la bible.

Tout cet enseignement qu'il nous a laissé afin que nous puissions vivre une vie éternelle et heureuse.

## ESPRIT AME ET CORPS

La lecture régulière de la bible est fondamentale pour le renouvellement de mon âme. C'est là que je vais puiser toute la connaissance. La bible est comme un mode d'emploi, un manuel. Je ne peux pas me permettre de puiser ma connaissance uniquement lors de sermons le dimanche et peut-être de quelques réunions dans la semaine. Et non plus, de sermons que je vais pouvoir écouter ou regarder à la télé ou sur internet.

Merci mon Dieu, nous sommes bénis pour tous ces moyens, mais ce sont des suppléments, et en aucun cas la base de mon enseignement spirituel personnel. Beaucoup de chrétiens ne lisent pas la bible aujourd'hui. Et c'est dramatique.

Prier est également un moyen que notre Père nous a donné pour renouveler notre âme.

Dans cette phase, une relation de plénitude avec le St Esprit est primordiale. Car c'est lui qui va m'enseigner et par ses enseignements mon âme va s'en trouver renforcée, renouvelée.

***Jean 14:26 dit*** *Mais le consolateur, l'Esprit-Saint, que le Père enverra en mon nom, vous enseignera toutes choses, et vous rappellera tout ce que je vous ai dit.*

Comment le St Esprit va-t-il pouvoir m'enseigner ?

En parlant avec lui, en ayant un dialogue ensemble. (Voir mon étude nommée « Le St Esprit »).

C'est à moi de me mettre dans une attitude de recevoir.

Il est évident que si je ne prends pas du temps exclusif pour parler et par conséquent être enseigné par l'Esprit Saint, je ne vais pas pouvoir pénétrer profondément dans une relation avec lui.

Quelquefois on peut entendre certains chrétiens dire: "moi je prie dans ma voiture, ou alors je prie dans ma douche".

Je peux me permettre de le dire car j'ai agi de cette manière dans les premières années de ma nouvelle naissance.

## ESPRIT AME ET CORPS

Si vous faites cela, c'est très bien, c'est que manifestement vous aimez votre Père dans les cieux, **1 Thessaloniens 5:17** dit *Priez sans cesse.*

Mais si vous ne priez que dans votre voiture, que sous votre douche, etc..., vous ne pourrez pas renouveler votre âme comme Dieu le veut, vous ratez beaucoup d'occasions de vous renforcer, de prendre le dessus sur votre corps, et de savoir comment vous pourriez puiser ce qui vous manque dans votre esprit régénéré.

L'équilibre entre mon esprit, mon âme et mon corps est un tout. C'est la base d'un équilibre. Je ne peux pas me permettre de favoriser l'un des trois, car les autres vont se trouver à une place qui n'est pas la leur.

De plus le diable lui, ne va pas hésiter à s'attaquer à mon corps, à mon âme ou à mon esprit. Pour lui tous les moyens sont bons. Qu'il nous attire jusqu'à lui par le moyen de mon corps, de mon âme ou de mon esprit, que lui importe, l'essentiel pour lui est de nous attirer dans l'enfer pour l'éternité. Et nous devons livrer ce combat avec les ténèbres jusqu'à notre mort terrestre.

Le fait d'être né de nouveau nous donne accès à la vie éternelle une fois pour toute.

Si je suis né de nouveau mon esprit est justifié, et c'est lui qui sera dans le royaume de Dieu pour l'éternité.

Même si humainement je pêche, il n'en reste pas néanmoins vrai que j'ai la vie éternelle. (Pour plus de détails voir mon étude nommée « La Nouvelle Naissance »)

Mais même si mon esprit est éternel, je dois faire tous mes efforts pour ne pas pécher, pour que mon âme ne soit pas polluée.

Lorsque Jésus a été baptisé, il est ensuite parti, guidé par le St Esprit, dans le désert.

Regardons d'un peu plus près comment satan a agi avec son esprit, son âme et son corps.

**Matthieu 4:1** *Alors Jésus fut emmené par l'Esprit dans le désert, pour être tenté par le diable.*

## ESPRIT AME ET CORPS

Jésus venait de passer quarante jours, seul. Mais ces quarante jours ont été plein d'enseignements par l'Esprit Saint. On peut penser que Jésus avait tout le temps nécessaire pour parler et recevoir du St Esprit.

Le diable a commencé par son corps.

**Matthieu 4:2-3** *Après avoir jeûné quarante jours et quarante nuits, il eut faim. Le tentateur, s'étant approché, lui dit : Si tu es Fils de Dieu, ordonne que ces pierres deviennent des pains.*

Imaginez-vous ne pas manger pendant quarante jours. Je pense que le corps de Jésus devait dire à son âme: "J'ai Faim, donne-moi à manger!" Quelle lutte entre son corps, son âme, et son esprit. Mais Jésus n'a pas flanché.

Pourquoi ?

Parce que l'équilibre entre son corps, son âme et son esprit était là.

**Matthieu 4:5-6** *Le diable le transporta dans la ville sainte, le plaça sur le haut du temple, et lui dit : Si tu es Fils de Dieu, jette-toi en bas ; car il est écrit : Il donnera des ordres à ses anges à ton sujet ; Et ils te porteront sur les mains, De peur que ton pied ne heurte contre une pierre.*

Cette fois c'est son âme que le diable a essayé de tenter.

Notre âme est celle qui prend les décisions. Si je décide de parler, d'agir, ou quoi que ce soit d'autre, c'est à mon âme que revient la décision finale.

Ici le diable essaye de faire chuter Jésus en s'en prenant à son âme. Qui d'autre que l'âme de Jésus aurait pu dire à ses pieds: "allez-y, avancez, je décide de me jeter en bas". Là encore Jésus n'a pas flanché. Pourquoi ? Parce que l'équilibre entre son corps, son âme et son esprit était là.

**Matthieu 4:8-9** *Le diable le transporta encore sur une montagne très élevée, lui montra tous les royaumes du monde et leur gloire, et lui dit : Je te donnerai toutes ces choses, si tu te prosternes et m'adores.*

## ESPRIT AME ET CORPS

Et en dernière tentative satan essaye maintenant de faire chuter Jésus en le tentant dans son esprit.

La bible dit dans **Jean 4:24** *Dieu est Esprit, et il faut que ceux qui l'adorent, l'adorent en esprit et en vérité.*

C'est avec notre esprit que nous adorons Dieu.

Notre esprit est la connexion avec le monde spirituel, Dieu est Esprit, satan est aussi un esprit. Et si Jésus avait accepté d'adorer satan, c'est avec son esprit qu'il l'aurait fait.

Là encore Jésus n'a pas flanché. Pourquoi ? Parce que l'équilibre entre son esprit, son âme, et son corps était là.

Que pouvons-nous dire de ces exemples. Tout d'abord Jésus a été tenté en toutes choses, comme tous les autres humains peuvent l'être.

**Hébreux 4:15 nous le dit:** *Car nous n'avons pas un souverain sacrificateur qui ne puisse compatir à nos faiblesses ; au contraire, il a été tenté comme nous en toutes choses, sans commettre de péché.*

Mais toute sa force résidait dans le fait d'un équilibre parfait entre son esprit, son âme et son corps.

Voyons quelques exemples:

Tout le monde a au moins une fois vécu ceci. Lorsque dans une situation quelconque, je m'aperçois, trop tard bien sûr, que j'ai répondu méchamment, ou que je suis parti sans rien dire, ou que j'ai été en colère alors qu'il n'y avait pas de quoi, ou que je me suis moqué, ou que j'ai bu trop l'alcool jusqu'à en être ivre. Et dans les secondes qui suivent, je réalise que j'ai agi trop vite.

C'est le cas typique d'agissement de notre corps qui n'est pas pour ainsi dire "dompté" par notre âme (ou notre intelligence). Ces réactions sont tellement rapides que l'on ne s'en aperçoit pas. On le réalise uniquement une fois que le mal est fait.

Si nous sommes honnêtes, nous avons tous été confronté au moins une fois à une telle situation. C'est la sensation de ne pas avoir été maître de soi.

Quelquefois, on entend certain dire: "C'était plus fort que moi".



## ESPRIT AME ET CORPS

**Proverbes 13:16 dit** *Une personne prudente réfléchit avant d'agir, mais celle qui est bête étale sa bêtise.*

On voit à la lumière de ce verset qu'il est vital pour moi que ce soit mon âme renouvelée qui dicte les attitudes à mon corps.

Pourquoi arrive-t-il que mon corps agisse comme cela ?

Pourquoi ai-je l'impression que dans ces cas-là, c'est lui le maître ?

C'est parce qu'il n'est pas habitué à ce que mon âme lui dicte les choses. Parce que je n'ai pas pris le temps d'y réfléchir, et d'analyser les domaines où je ne suis pas encore maître de mon corps.

Il n'y a qu'une âme inondée, renouvelée, par un esprit justifié, qui pourra prendre le dessus sur un corps. Et à force de quelques efforts, en méditant des passages de la bible que je vais sélectionner, avec un dialogue régulier avec mon meilleur ami le St Esprit, mon corps va changer d'attitude.

Je ne serai plus surpris par ses réactions dont je ne suis pas le maître. Mais mon corps va devenir mon allié, il aura aussi des désirs spirituels.

Le roi David à un moment difficile de sa vie, avait un tel désir de se trouver encore plus près de Dieu qu'il a dit:

Dans le **psaume 63: 2** *O Dieu ! Tu es mon Dieu, je te cherche ; Mon âme a soif de toi, mon corps soupire après toi, Dans une terre aride, desséchée, sans eau.*

Son âme et son corps, à ce moment-là, étaient sur la même longueur d'onde.

De voir mon corps aller dans le même sens que le désir de mon âme, sera le résultat de ces passages que j'aurai médités, et de ce dialogue avec mon Père par le St Esprit. Comme nous le disions un peu plus haut, j'ai besoin de prendre du temps avec mon âme pour réfléchir, méditer au travers de la parole, sur les réactions de mon corps.

Le danger potentiel est lorsque tout va bien. Gardons bien en tête que cette lutte est permanente, nous l'avons déjà évoqué plus haut.

**Romains 6:12 dit** *Que le péché ne règne donc point dans votre corps mortel, et n'obéissez pas à ses convoitises.*

## ESPRIT AME ET CORPS

Mon corps sera toujours enclin à aller vers des convoitises qui m'éloigneront de l'enseignement de Jésus Christ.

C'est comme si mon corps me tire dans une direction avec une certaine force. Lorsque mon âme est renouvelée, elle va pousser mon corps dans une direction opposée avec une force supérieure à celui-ci. Mais il n'empêche que mon corps, lui, continue à vouloir m'entraîner dans la direction des convoitises. Ce qui fait que, dès que je vais arrêter ou ralentir la poussée avec mon âme, et bien mon corps reprend le dessus.

Certains chrétiens arrivent à un bon équilibre, et par un excès de confiance, relâchent la poussée, et retombent dans des luttes qu'ils croyaient vaincues. N'oublions jamais que cette lutte sera là tant que je serai sur terre.

Comment renouveler mon âme ou ma pensée ? Quel rôle a mon esprit dans cet équilibre ?

***La traduction TOB dans Ephésiens 4:23 dit : il vous faut être renouvelé par la transformation spirituelle de votre intelligence.***

Il y a donc bien, comme nous le disions plus haut une évolution de notre intelligence (de notre âme).

L'entraînement du sportif est vital pour ses résultats.

Et laissez-moi vous dire que, l'entraînement du chrétien est tout aussi vital pour l'évolution de son âme en termes de résultats.

Comme pour le sportif, il suffit d'une baisse dans l'entraînement pour que mes performances s'en ressentent.

Je dois bien comprendre que mon âme fonctionne exactement comme un muscle. Au plus je vais l'entraîner, en me rapprochant de l'étude de la bible, au plus elle sera forte.

Lorsque je parle de se rapprocher de l'étude de la bible, je ne dis pas de lire pour lire, de dévorer les pages comme peuvent le faire certains chrétiens. Et une fois leur lecture finie, ils s'aperçoivent (ou pas), qu'ils n'ont rien appris de nouveau pour leur vie de tous les jours, parce qu'ils ne sont pas allés assez en profondeur.

## ESPRIT AME ET CORPS

Je me souviens lorsque j'étais jeune chrétien, et que je lisais la bible, le plus important pour moi était de lire le plus possible en termes de quantité de lignes.

Alors au bout d'un moment, j'avais lu pas mal de livres de la bible, mais je lisais pour lire, et je dois dire qu'il ne me restait pas grand-chose de concret à appliquer dans ma vie quelques semaines après ma lecture.

Bien sûr je peux avoir le désir de lire l'histoire d'un personnage en entier. Dans ce cas il est bon de lire une première fois le livre choisi (histoire de David par exemple), puis de le relire, mais cette fois en s'arrêtant sur chaque passage, en se projetant dans l'histoire, dans le contexte, en s'imaginant que je suis un spectateur silencieux. Et c'est là que l'assistance du St Esprit intervient, c'est un de ses buts, de m'aider à comprendre les écritures en profondeur, et de savoir comment les appliquer d'une manière très pratique dans ma vie.

Revenons à mon âme, elle fonctionne comme l'un de mes muscles, elle va grandir, devenir plus forte, plus résistante. Cet entraînement doit être régulier afin que mon âme reste plus forte et garde le dessus sur mon corps.

***Romains 6 :12*** *Que le péché ne règne donc point dans votre corps mortel, et n'obéissez pas à ses convoitises.*

Lorsque le sportif arrête son entraînement, au bout de quelques temps, ses muscles vont s'affaiblir, ils deviendront moins résistants, moins puissants. Et quel que soit le niveau de performance qui a été atteint, ce n'est qu'une question de temps pour que ses muscles retrouvent leur état initial.

Pour notre âme c'est exactement la même chose, quel que soit le niveau obtenu, et si j'arrête l'entraînement, ce ne sera qu'une question de temps pour que mon âme reprenne son état, et perde tout le bénéfice d'années de travail.

Je ne parle pas ici de l'état avant ma nouvelle naissance, mais de l'état de mon âme juste après ma nouvelle naissance.

Lorsque je suis né de nouveau, il n'y a que le péché contre de St Esprit qui peut me faire perdre mon éternité.

Lorsque j'ai compris que Dieu m'aime, c'est mon esprit qui me l'atteste.

Lorsque je comprends un passage dans les écritures resté jusque-là incompris, c'est mon esprit qui me parle, (lui-même alimenté par le St Esprit).

## ESPRIT AME ET CORPS

Lorsque je ressens un besoin à l'intérieur de moi d'être plus près de Jésus parce que je l'aime pour qui il est, c'est encore mon esprit qui me parle.

Mon esprit est toujours bien disposé dans les sujets qui concernent Dieu.

Vous est-il déjà arrivé de penser: "Il serait bien que j'aille parler avec mon Père en priant, je sais que je dois le faire, car c'est bon pour moi".

Vous savez que c'est bien, que vous allez en retirer du bien, mais vous n'arrivez pas à prendre la décision d'y aller.

D'autres pensées s'y opposent, comme : « je ne vais pas prier dans la journée, d'habitude je prie le matin, ou le soir ». Ou alors, « je n'ai pas envie de m'isoler maintenant, je n'ai pas la tête à ça ».

C'est l'exemple typique de mon esprit qui parle à mon âme, mais dans ce cas précis, mon âme n'est pas bien disposée. C'est une âme qui a besoin d'être renouvelée.

Mon esprit lui est alimenté pas le St Esprit.

**Romains 8:16 dit:** *L'Esprit de Dieu atteste lui-même à notre esprit que nous sommes enfants de Dieu.*

Lorsque le Saint Esprit me parle, c'est à mon esprit qu'il le fait. Et c'est à moi de régulièrement inonder mon âme dans mon esprit.

Paul illustre très bien cet état de fait dans

**Romains 7 : 21-23** *Je trouve donc en moi cette loi : quand je veux faire le bien, le mal est attaché à moi. Car je prends plaisir à la loi de Dieu, selon l'homme intérieur ; mais je vois dans mes membres une autre loi, qui lutte contre la loi de mon entendement, et qui me rend captif de la loi du péché, qui est dans mes membres.*

Dans le verset 21, Il se rend compte que son corps lutte contre son âme.

## ESPRIT AME ET CORPS

La bible français courant parle d'un « principe » c'est une chose immuable, en tant que chrétien né de nouveau, mon corps est attaché au mal, c'est-à-dire aux choses que Dieu réprouve.

Et pourquoi Paul se rend-il compte de ce principe ? C'est le verset suivant qui nous en donne la réponse.

C'est parce qu'il prend plaisir à la loi de Dieu. Parce qu'il a choisi de suivre l'enseignement de Jésus Christ. Et c'est selon l'homme intérieur que Paul prend plaisir à cette loi, c'est-à-dire avec son esprit régénéré.

Les gens qui ne sont pas né de nouveau n'ont pas cette loi qui lutte en eux. Donc si cette lutte est en vous, vous êtes sur la bonne voie.

Paul constate qu'il ne pourra se débarrasser de cette lutte uniquement lorsqu'il aura revêtu le corps céleste que Dieu lui donnera lors de son entrée dans son royaume.

C'est ce qu'il dit dans le verset 23 lorsqu'il parle du fait que son corps le tire vers la désobéissance en disant qu'il en est captif.

Il a parfaitement pris conscience que son âme et son esprit sont pour l'instant enfermés dans son corps, qu'il est comme « prisonnier de son corps ».

Ces déclarations de Paul peuvent paraître négatives ou pessimistes, mais pas du tout, car il poursuit au **chapitre 8 de Romains 1-2 en disant** : *Il n'y a donc maintenant aucune condamnation pour ceux qui sont en Jésus-Christ. En effet, la loi de l'esprit de vie en Jésus-Christ m'a affranchi de la loi du péché et de la mort.*

Maintenant que nous avons bien réalisé qui nous sommes, esprit, âme et corps, nous allons pouvoir beaucoup mieux rétablir l'équilibre de notre être. (Pour plus de détails sur ce sujet, voir mon étude nommée « Diriger Tout Mon Etre Avec Mon Esprit »)

C'est par la connaissance que nous évoluons.

Relisez les passages qui traitent de l'esprit, de l'âme, et du corps.

## ESPRIT AME ET CORPS

Demandez au St Esprit de vous enseigner. (Voir mon étude nommée « Le St Esprit »).

Cet équilibre doit avoir toute mon attention, je ne dois pas me relâcher.

Demandez régulièrement au St Esprit de régénérer votre âme dans votre esprit.

Rappelez-vous, l'Esprit Saint est une personne qui se tient auprès de vous en permanence, parlez-lui comme vous le feriez à votre meilleur ami qui serait assis près de vous. Il vous montrera comment faire.

C'est un apprentissage, tout ce fait en pensées, car nous ne sommes pas dans le domaine physique.

Depuis la démonstration que j'ai faite à mes enfants, le plus jeune, quand il prie chaque soir dit: "Jésus aide moi à tremper mon éponge".

Que Dieu vous aide par la prière, le dialogue avec son Esprit, l'étude de la bible, et vos efforts, à tremper régulièrement votre éponge dans votre esprit régénéré en Jésus Christ.

Cette étude vous a été offerte par le ministère « **La Vraie Bonne Nouvelle** ».  
Auteur : Franck Kvaskoff

Si vous souhaitez nous aider à continuer de proposer nos enseignements gratuitement dans le monde francophone, vous pouvez faire un don en vous rendant sur notre site internet ici <http://www.lavraiebonnenouvelle.org/Pages/nous%20aider.html>  
Si vous souhaitez nous aider et que vous avez reçu cette étude sur papier rendez-vous sur notre site [www.lavraiebonnenouvelle.org](http://www.lavraiebonnenouvelle.org) Cliquez sur le bouton « Nous aider ».

Pour tous renseignements ou questions contactez : [info@lavraiebonnenouvelle.org](mailto:info@lavraiebonnenouvelle.org)  
Site Internet : <http://www.lavraiebonnenouvelle.org>

Ce document est soumis à des droits d'auteurs, toute reproduction, copie, partielle ou totale est strictement interdite sans autorisation expresse et écrite de l'auteur.