

*GUIDE DE
DOCUMENTATION POUR
LES JEUNES FILLES,
ANNÉE 2010*

*DOCUMENTATION
SUPPLÉMENTAIRE POUR
LE MANUEL 2*

Publié par
l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours
Salt Lake City (Utah, États-Unis)

© 2009 Intellectual Reserve, Inc.
Tous droits réservés
Printed in the United States of America

Approbation de l'anglais : 1/09
Approbation de la traduction : 1/09
Traduction de *Young Women Resource Guide 2010 for Manual 2*
French
08303 140

Guide de documentation pour les Jeunes Filles, année 2010, Manuel 2

La documentation suivante a été choisie pour aider les dirigeantes à rendre la doctrine et les principes contenus dans Jeunes Filles, Manuel 2 pertinents par rapport aux problèmes que les jeunes filles rencontrent, en accord avec les enseignements des prophètes actuels et applicables à la vie de toutes les jeunes filles. Cette documentation est destinée à être utilisée avec les leçons. À l'aide de la prière, choisissez la documentation qui incitera chaque jeune fille à apprendre et qui fortifiera sa foi et son témoignage.

Vous pouvez faire certaines leçons pendant plusieurs semaines ou insister sur les principes qu'elles contiennent lors d'une activité en milieu de semaine pour répondre aux besoins particuliers de vos jeunes filles. Les activités sont un bon moyen d'appliquer les principes de l'Évangile. Vous pouvez enseigner les leçons sur le Sauveur aux périodes de Pâques et de Noël.

Leçon 1 : Se rapprocher de Jésus-Christ

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Quand ai-je ressenti l'amour que le Sauveur a pour moi ? En quelles circonstances ?
- Que puis-je changer dans ma vie pour me rapprocher de Jésus-Christ ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Robert D. Hales, « Acquérir le témoignage de Dieu, le Père, de son Fils, Jésus-Christ, et du Saint-Esprit », *Le Liahona*, mai 2008, p. 29-32. Vous pouvez utiliser ce discours de frère Hales à la place de l'histoire.
- Dennis B. Neuenschwander, « Une personne dans la foule », *Le Liahona*, mai 2008, p. 101-103.
- *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 40.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Activité concernant la nature divine 4.
- Préparer une image du Sauveur que chaque jeune fille pourra utiliser chez elle ou à l'école pour se souvenir de la leçon. (*Remarque* : Les magazines de l'Église sont une bonne source de documentation pour les images.)

Leçon 2 : Les dons de l'Esprit

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Comment puis-je découvrir quels sont mes dons spirituels ?
- Comment puis-je me réjouir des dons des autres personnes plutôt que de me sentir menacée par eux ?
- Comment puis-je utiliser mes dons spirituels pour être une bénédiction dans la vie d'autrui ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Dieter F. Uchtdorf, « Le bonheur, votre héritage », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 117-120.
- Jeffrey R. Holland, « Le ministère d'anges », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 29-31.
- Susan W. Tanner, « Filles de notre Père céleste », *Le Liahona*, mai 2007, p. 106-109.
- *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 53-55.
- *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 40.
- Moroni 10:8-17 ; Doctrine et Alliances 46:8-33.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Activité concernant la valeur personnelle 7.
- Une semaine après cette leçon, on pourrait demander aux jeunes filles de raconter ce qu'elles ont fait pour renforcer leurs dons spirituels ou comment elles ont réussi à en faire profiter aux autres personnes. Le début de la leçon serait un bon moment pour le faire.

Leçon 3 : L'édification du royaume de Dieu

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Quels exemples de sacrifice ai-je vu dans la vie de personnes que je connais ? Quelle leçon ai-je tirée de ces exemples ?

CONSEIL POUR L'ENSEIGNEMENT

Les jeunes filles comprendront et appliqueront mieux la doctrine si elles l'étudient et en font l'expérience en dehors de la classe. Après avoir enseigné la doctrine le dimanche, demandez aux jeunes filles de travailler sur une activité ou un but correspondant de Mon progrès personnel pendant une activité en semaine (voir la liste d'activités de ce guide). Demandez aux jeunes filles de raconter leur expérience pendant quelques minutes au début de la prochaine leçon.

- Quels sacrifices ai-je fait pour quelque chose d'une plus grande valeur ?
- Quelle leçon ai-je tirée de mes propres sacrifices ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Quentin L. Cook, « J'espère que tu sais que nous avons eu un moment difficile », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 102–106.
- *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 167–169.
- Matthieu 19:16–22.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Activité concernant l'intégrité 6.
- *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 32–33.

Leçon 4 : *L'obéissance aux commandements nous aide à remplir notre rôle divin*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Qu'est-ce qui me motive à rester fidèle aux principes de l'Évangile même lorsque ce n'est pas populaire de le faire et que je suis la seule ?
- Pourquoi devrais-je obéir au Seigneur même si je ne comprends pas toujours pourquoi ?
- Quelles bénédictions ai-je reçues en suivant un commandement précis ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Gordon B. Hinckley, « Que la vertu orne sans cesse tes pensées », *Le Liahona*, mai 2007, p. 115–117.
- Henry B. Eyring, « Marcher dans la lumière », *Le Liahona*, mai 2008, p. 123–125.
- M. Russell Ballard, « Filles de Dieu », *Le Liahona*, mai 2008, p. 108–110.
- Alma 57:21 ; Hélamán 3:35 ; Doctrine et Alliances 64:34.

ACTIVITÉ

- Mon progrès personnel : Activité concernant la nature divine 2 ; projet concernant la nature divine, point 3 ; activité concernant la valeur personnelle 2.

Leçon 5 : *Le cadre familial*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Comment puis-je aider ma famille à créer un cadre familial où l'Esprit peut demeurer ?
- Quels arts ménagers et compétences de vie dois-je apprendre pour rendre la vie au foyer moins tendue et pour augmenter le bien-être de ma famille ? En quoi ces compétences apprises m'aideront-elles dans mon futur foyer ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Susan W. Tanner, « Être un témoin », *Le Liahona*, mai 2008, p. 113–115. Vous pouvez raconter l'histoire sur le don de la

foi que possédait la mère de sœur Tanner et la façon dont cela a influencé la vie de sœur Tanner.

- Mary N. Cook, « Fortifier le foyer et la famille », nov. 2007, p. 11–13.
- *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 10–11.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Projet concernant la nature divine, points 1 et 4 ; activité concernant l'intégrité 7.
- Demander aux jeunes filles de parler d'un art ménager ou d'une compétence de vie sur lesquels elles ont travaillé pendant la semaine ou de les montrer. Ceci peut être fait lors d'une activité en semaine ou au début de la leçon la semaine suivante.

Leçon 6 : *La participation aux tâches ménagères*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Lorsque je fais ma part des tâches ménagères, en quoi est-ce une bénédiction pour les autres membres de mon foyer ?
- Quelle influence mon attitude a-t-elle sur mon travail ? Quel impact mon attitude vis-à-vis des tâches ménagères a-t-il sur l'attitude de ma famille sur le travail ?
- Comment pourrais-je mieux utiliser mon temps pour participer davantage aux tâches ménagères ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Kenneth Johnson, « Rétablir la foi en la famille », *Le Liahona*, mai 2008, p. 15–17.
- *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 10–11.
- Alma 36:25 ; Doctrine et Alliances 58:27.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Projet concernant la connaissance, points 1 et 5 ; projet concernant le choix et la responsabilité, point 5 ; activités concernant le dévouement 1–2 ; projet concernant le dévouement, point 2.
- Au début de la leçon, le dimanche suivant, vous pourriez demander aux jeunes filles de rendre compte d'une tâche qu'elles ont accomplie la semaine précédente sans qu'on le leur ait demandé.

Leçon 7 : *Vivre dans l'amour et l'harmonie*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- En quelles circonstances ai-je été traitée de manière chrétienne ? Quelles ont été les conséquences de ces expériences ?
- De quelles façons le Christ aimerait-il me voir traiter ma famille ? Quelle influence ceci aurait-il sur ma famille ?

CONSEIL POUR L'ENSEIGNEMENT

Le fait de donner aux jeunes filles l'occasion de raconter leur expérience et de témoigner pendant la leçon favorise la présence de l'Esprit. À différents moments de la leçon, vous pourriez demander à une ou deux jeunes filles de résumer ce qu'elles ont appris et d'exprimer leurs sentiments à ce sujet.

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Thomas S. Monson, « Apprendre, agir, être », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 60–62, 67–68.
- Joseph B. Wirthlin, « Tirer les leçons de la vie », *Le Liahona*, mai 2007, p. 45–47.
- *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 6.

ACTIVITÉ

- Mon progrès personnel : Activité concernant la nature divine 5 ; activité concernant la valeur personnelle 3 ; activité concernant le dévouement 5.

Leçon 8 : Mieux communiquer**QUESTIONS DE DISCUSSION**

- Qu'est-ce qui m'empêche de bien communiquer avec ma famille ?
- En quoi la technologie favorise et empêche une bonne communication avec ma famille ?
- Comment puis-je améliorer la communication entre mes parents et moi ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Robert D. Hales, « Le courage d'un chrétien, le prix à payer pour être un disciple », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 72–75.
- Jeffrey R. Holland, « La langue des anges », *Le Liahona*, mai 2007, p. 16–18.
- Proverbes 15:1 ; Éphésiens 4:29 ; 2 Néphi 25:26–27 ; Doctrine et Alliances 20:54 ; 108:7.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Activité concernant la nature divine 3.
- Demander à chaque jeune fille de choisir un principe dans la brochure *Jeunes, soyez forts*, 2001, et de commencer une discussion sur ce sujet avec ses parents.

Leçon 9 : Artisan de paix dans son foyer**QUESTIONS DE DISCUSSION**

- Qu'est-ce qui pourrait amener un esprit de paix dans mon foyer ?
- Qu'est-ce que je fais pour amener la paix et l'harmonie à ma famille ?
- Comment puis-je être un artisan de paix dans ma paroisse, particulièrement parmi les jeunes filles de notre classe ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- James E. Faust, « Le pouvoir guérisseur du pardon », *Le Liahona*, mai 2007, p. 67–69.

- Henry B. Eyring, « Nos cœurs enlacés dans l'unité », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 68–71.
- 3 Néphi 12:9 ; Doctrine et Alliances 64:9–11.

ACTIVITÉ

- Mon progrès personnel : Activité concernant la nature divine 7.

Leçon 10 : La prêtrise est une grande bénédiction**QUESTIONS DE DISCUSSION**

- Qui dans ma vie a montré l'exemple d'un détenteur de la prêtrise fidèle ? Pourquoi ?
- Quelles bénédictions ai-je grâce à la prêtrise ?
- Comment les jeunes gens se qualifient-ils à recevoir le pouvoir de la prêtrise ? Comment puis-je les aider à devenir digne de cette responsabilité sacrée et le rester ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Richard G. Scott, « Honore la prêtrise et utilise-la bien », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 44–47.
- Jeffrey R. Holland, « Sanctifiez-vous », *Le Liahona*, janv. 2001, p. 46–49. Vous pouvez raconter l'histoire de frère Holland sur l'ancien nouvellement ordonné.
- Keith B. McMullin, « Dieu aime et aide tous ses enfants », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 75–78. Vous pouvez remplacer l'histoire du soldat du début de la leçon par celle de frère McMullin, sur la petite fille qui a été percutée par un bus.

ACTIVITÉ

- Demander à un couple qui vient de se marier (approuvé par l'évêque) de raconter aux jeunes filles en quoi la prêtrise est une bénédiction pour leur mariage et leur famille.

Leçon 11 : Apprécier son évêque**QUESTIONS DE DISCUSSION**

- Quel est le rôle de mon évêque ou président de branche dans ma vie ?
- Pourquoi est-il important d'avoir une bonne relation avec mon évêque ou président de branche ?
- Quand et comment mon évêque ou président de branche peut-il m'aider avec le processus du repentir ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Henry B. Eyring, « Your Friend the Bishop », *New Era*, oct. 2002, p. 10–13.

CONSEIL POUR L'ENSEIGNEMENT

En étant proche de chaque jeune fille vous pouvez avoir une influence considérable sur sa conversion. Priez pour chaque jeune fille de votre classe. Faites tout votre possible pour connaître leurs centres d'intérêt et leurs besoins et efforcez-vous de répondre à leurs besoins en instruisant. Assistez aux événements importants de leur vie, rendez-leur visite chez elles et communiquez avec leur parents.

« Les souvenirs des entrevues que j'ai eues il y a longtemps avec mon évêque continuent à me guider. Il s'efforçait de m'enseigner tout ce qu'il lui avait été enseigné sur la prêtrise. Lors de ma dernière entrevue avec lui, des années plus tard, je me suis rendu compte que les conversations avec mon évêque étaient devenues des conversations avec un ami. J'espère que cela vous arrivera aussi » (p. 13).

- *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 26–28, 34–35.
- Doctrine et Alliances 46:27 ; 58:17 ; 107:15, 68.

ACTIVITÉS

- Parlez de l'importance et du sens des entretiens annuels avec l'évêque ou le président de branche. Encouragez toutes les jeunes filles à aller à ces entretiens.
- Pendant une activité en semaine, demandez à chaque jeune fille d'écrire un mot de remerciement à son évêque ou président de branche et à la famille de ce dernier.

Leçon 12 : *Les bénédictions paternelles*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- À quels moments puis-je demander une bénédiction à mon père ou à un autre détenteur de la prêtrise ?
- En quelles circonstances ai-je ressenti la puissance de la prêtrise à travers une bénédiction ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 133-134. Lisez la section « La prêtrise et la famille » et discutez-en.

Leçon 13 : *Les bénédictions patriarcales*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Pourquoi le Seigneur veut-il que j'aie une bénédiction patriarcale ?
- Comment puis-je mieux comprendre ma bénédiction et mieux participer à son accomplissement ?
- À quel moment et avec qui est-il opportun de parler de ma bénédiction patriarcale ? (voir *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 23-24).

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Thomas S. Monson, « Sois un modèle », *Le Liahona*, mai 2005, p. 112–115.

« Vous pouvez obtenir de l'aide de nombreuses sources. L'une d'elles est votre bénédiction patriarcale. Elle contient des chapitres du livre de vos possibilités éternelles. Lisez-la souvent. Étudiez-la attentivement. Soyez guidées par ses mises en garde. Vivez de manière à mériter ses promesses » (p. 114).

- Julie B. Beck, « Vous êtes d'ascendance noble », *Le Liahona*, mai 2006, p. 106–108.
- « Au sujet des bénédictions patriarcales », *Le Liahona*, mars 2004, p. 18–21.

ACTIVITÉ

- Mon progrès personnel : Activité concernant la valeur personnelle 6.

Leçon 14 : *Les bénédictions du temple*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Quelles bénédictions puis-je recevoir en allant au temple, maintenant et à l'avenir ?
- Comment puis-je me préparer maintenant à recevoir les bénédictions du temple ?
- Qu'ai-je ressenti quand je suis allée dans des endroits sacrés comme les temples ou leurs jardins ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Richard H. Winkel, « Le temple concerne la famille », *Le Liahona*, nov. 2006, p. 9–11.
- Silvia H. Allred, « Saints temples, alliances sacrées », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 112–114.
- Doctrine et Alliances 109, 138.
- *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 191–195.

ACTIVITÉ

- Mon progrès personnel : Activité concernant le choix et la responsabilité 6 ; projet concernant le dévouement, point 3 ; activité concernant la vertu 3.

Leçon 15 : *Le mariage au temple*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Comment puis-je me préparer maintenant à me marier au temple ?
- Pourquoi est-ce un commandement de se marier au temple ?
- Comment pourrais-je expliquer à un(e) ami(e) la différence entre un mariage au temple et un mariage civil ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Russell M. Nelson, « Le mariage céleste », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 92–94.
- Elaine S. Dalton, « Restez sur le chemin », *Le Liahona*, mai 2007, p. 112–114.
- *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 192–193.

ACTIVITÉ

- Mon progrès personnel : Projet concernant l'intégrité, point 4 ; activité concernant l'intégrité 1.

CONSEIL POUR L'ENSEIGNEMENT

Les jeunes filles sont plus susceptibles de comprendre et d'appliquer la doctrine si elles ont des occasions d'instruire les autres. Vous pourriez leur demander de raconter une chose qu'elles ont apprise avec un membre de leur famille ou d'autres personnes en dehors de la classe. Demandez leur d'instruire d'autres personnes puis de raconter leur expérience le dimanche suivant.

Leçon 16 : *Un journal*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Qu'est-ce que je veux que ma postérité sache de ma vie que je pourrais écrire dans mon journal ?
- Pourquoi est-il important d'inclure des pensées spirituelles et des expériences sacrées dans mon journal ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Thomas S. Monson, « Abondamment bénis », *Le Liahona*, mai 2008, p. 111–112. Vous pouvez utiliser l'histoire du journal du grand-père du président Monson.
- Henry B. Eyring, « Oh ! souvenez-vous, souvenez-vous », *Le Liahona*, nov. 2007, p. 66–69.

ACTIVITÉ

- Vous pourriez demander à chaque jeune fille d'apporter aux activités d'échange l'extrait d'un journal (celui de sa mère, sa grand-mère, un autre membre de sa famille ou le sien) et de parler des leçons qu'elle en a tirées. (*Remarque* : Veillez au respect de la vie privée.)

Leçon 17 : *Tenue des annales généalogiques*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Que puis-je apprendre de ma vie lorsque je découvre celle de mes ancêtres ?
- De quelles façons puis-je réunir des renseignements sur mon histoire familiale et la compiler ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- M. Russell Ballard, « Foi, famille, faits et fruits », *Le Liahona*, nov. 2007, p. 25–27.
- Quentin L. Cook, « Écoutez les paroles des prophètes », *Le Liahona*, mai 2008, p. 47–50. Vous pouvez raconter l'histoire du livre que la mère de frère Cook lui a donné.
- *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 89–92.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Activité concernant la valeur personnelle 5.
- Demandez aux jeunes filles d'avoir une soirée familiale où elles enregistreront les détails importants sur leur vie, apprendront à connaître leurs ancêtres ou rempliront un tableau d'ascendance.

Leçon 18 : *Un patrimoine de traditions justes*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Quelles traditions et habitudes familiales renforcent ma famille ?

- Quelles bonnes traditions pourrai-je établir pour renforcer ma future famille ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Ronald A. Rasband, « Notre génération montante », *Le Liahona*, mai 2006, p. 46–48.
- Cheryl C. Lant, « Des traditions justes », *Le Liahona*, mai 2008, p. 13–14.
- « La famille, déclaration au monde », *L'Étoile*, jan. 1996, p. 116–117.
- Alma 57:21, 26–27 ; Héلمان 5:12.

ACTIVITÉ

- Mon progrès personnel : Activité concernant l'intégrité 7 ; activité concernant le dévouement 2.

Leçon 19 : *Se préparer à instruire les autres*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Que se passe-t-il lorsque nous parlons de l'Évangile à d'autres personnes ?
- De quelles façons puis-je faire connaître l'Évangile aux autres ? Comment puis-je me préparer à de telles occasions ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Erich W. Kopischke, « Prêchez mon Évangile : outil unificateur des membres et des missionnaires », *Le Liahona*, nov. 2007, p. 33–35.
- William D. Oswald, « Enseigner l'Évangile, notre appel le plus important », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 95–98.
- 2 Néphi 33:1 ; Mosiah 23:14 ; Doctrine et Alliances 88:77–80, 118.

ACTIVITÉ

- Mon progrès personnel : Projet concernant la connaissance, point 4.

CONSEIL POUR L'ENSEIGNEMENT

Les jeunes filles sont plus susceptibles de participer de façon constructive si on leur demande de rechercher quelque chose de précis lorsqu'elle lisent les Écritures et les paroles des prophètes. Demandez aux jeunes filles de relever des principes précis ou d'autres détails lors de leur lecture. Par exemple, vous pourriez dire : « En lisant ces versets, recherchez... » Une fois leur lecture terminée, demandez-leur de faire part de ce qu'elles ont trouvé (voir L'enseignement, pas de plus grand appel, 1999, p. 55).

Leçon 20 : *Parler de l'Évangile*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Comment pourrais-je expliquer ce qu'est le Livre de Mormon à un ami ?
- Quels obstacles m'empêcheraient de parler de l'Évangile à d'autres personnes ?
- De quels sujets de l'Évangile puis-je parler avec mes amis qui ne sont pas membres ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- David A. Bednar, « Demandez avec foi », et *Le Liahona*, mai 2008, p. 94–97.
- Gary J. Coleman, « Maman, est-ce que nous sommes chrétiens ? » mai 2007, p. 92–94.

- Silvia H. Allred, « Allez », et *Le Liahona*, nov. 2008, p. 10–12.
- *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 115–117.
- Mosiah 28:1–3 ; Doctrine et Alliances 88:81.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Activité concernant le dévouement 7.
- Faites des jeux de rôle où les jeunes filles parlent de l'Évangile à leurs amis.

Leçon 21 : Soutenir les missionnaires en leur écrivant

Enseignez la leçon 21 pendant une activité en semaine plutôt que le dimanche. Le dimanche, enseignez une leçon sur la vertu à l'aide de la documentation suivante :

DOCUMENTATION

- Elaine S. Dalton, « Retour à la vertu », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 78–80.
- *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 27–32.
- Mon progrès personnel : Activités concernant la vertu 1–4.

Leçon 22 : Rechercher les conseils du Seigneur

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Comment puis-je améliorer mes prières et me préparer à recevoir des réponses ?
- Qu'est ce que je sais de mon Père céleste qui m'encourage à aller à lui par la prière ?
- De quelles façons notre Père céleste a-t-il répondu à mes prières ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Richard G. Scott, « Faire appel au don divin de la prière », *Le Liahona*, mai 2007, p. 8–11.
- David A. Bednar, « Prier toujours », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 41–44.
- David A. Bednar, « Demandez avec foi », *Le Liahona*, mai 2008, p. 94–97.
- *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 140–144.
- 2 Néphé 4:34–35 ; Alma 37:37.

ACTIVITÉ

- Mon progrès personnel : Activité concernant la foi 1 ; activités concernant le choix et la responsabilité 1 et 5 ; activité concernant l'intégrité 2.

Leçon 23 : Le jeûne est une source de bénédictions

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Comment puis-je expliquer à un ami les raisons pour lesquelles je jeûne ?
- En quoi le jeûne fait-il partie du repentir ? (voir *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 97–98).

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Joseph B. Wirthlin, « La loi du jeûne », *Le Liahona*, juil. 2001, p. 88–91.
- Associé à la prière fervente, le jeûne, est puissant. Il peut nous remplir l'esprit des révélations de l'Esprit. Il peut nous fortifier pour les périodes de tentations... Le jeûne et la prière peuvent nous aider à acquérir plus de courage et de confiance. Ils peuvent affermir notre personnalité et édifier la maîtrise de soi et la discipline personnelle. Souvent, lorsque nous jeûnons, nos prières et nos supplications justes ont plus de force. Notre témoignage grandit. Nous mûrissons spirituellement et émotionnellement, et nous sanctifions notre âme. Chaque fois que nous jeûnons, nous maîtrisons un peu plus nos appétits et nos passions pour les choses du monde... Le jeûne et la prière peuvent nous aider dans notre famille et dans notre travail quotidien. Ils peuvent nous aider à magnifier nos appels dans l'Église » (*Le Liahona*, p. 89).
- Mosiah 27:22 ; Alma 5:46 ; 6:6 ; 17:3, 9.

ACTIVITÉ

- Mon progrès personnel : Activité concernant l'intégrité 6.

Leçon 24 : La révélation dans la vie quotidienne

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Quels obstacles m'empêchent d'être au diapason avec l'Esprit ?
- Comment les murmures de l'Esprit nous parviennent-ils ?
- Que s'est-il passé lorsque j'ai agi selon un murmure de l'Esprit ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Robert D. Hales, « La révélation personnelle : Les enseignements et l'exemple des prophètes », *Le Liahona*, nov. 2007, p. 86–89.
- Gerald N. Lund, « Ouvrir notre cœur », *Le Liahona*, mai 2008, p. 32–34.
- DVD, *En mission pour le Seigneur* (2008 ; article 08043 090), biographie de Thomas S. Monson.

CONSEIL POUR L'ENSEIGNEMENT

Ancrés dans la foi et Jeunes, soyez forts sont une documentation que les instructrices peuvent utiliser pour compléter le contenu des leçons. Réfléchissez à la façon d'utiliser cette documentation pour enseigner aux jeunes filles les principes et la doctrine de base de l'Évangile. Incitez les jeunes filles à étudier cette documentation chez elles.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Activité concernant le choix et la responsabilité 5 ; activité concernant l'intégrité 2.
- Relisez des sections de la brochure *Jeunes, soyez forts*, 2001, pour trouver les bénédictions du Saint-Esprit que l'on reçoit en obéissant à ces principes

Leçon 25 : La loi du sacrifice**QUESTIONS DE DISCUSSION**

- Quels exemples de sacrifice ai-je vu dans la vie de personnes que je connais ? Quelles bénédictions ai-je reçues grâce à ces sacrifices ?
- Quels sont les buts et les bienfaits du sacrifice ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- D. Todd Christofferson, « Venez à Sion », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 37–40. Racontez l'histoire de frère Christofferson au sujet de la table.
- Lynn G. Robbins, « La dîme, un commandement même pour les démunis », *Le Liahona*, mai 2005, p. 34–36. Vous pouvez utiliser la citation suivante pour conclure la leçon :
« L'histoire de la veuve de Sarepta est un exemple de pauvreté extrême utilisée pour enseigner la doctrine que la miséricorde ne peut pas plus priver le sacrifice que la justice de leur dû. En fait, la véritable mesure du sacrifice n'est pas tant ce que l'on donne en sacrifice que ce que l'on sacrifie pour le donner (voir Marc 12:43). La foi n'est pas autant mise à l'épreuve quand le placard est plein que quand il est vide. Dans ces instants décisifs, la situation critique ne donne pas du caractère, elle le révèle. Elle est la mise à l'épreuve » (p. 34).
- *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 167–169.
- *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 34–35.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Activité concernant la foi 3.
- Vous pourriez passer les quelques premières minutes de la leçon à discuter de la question suivante : De quelle façon avez-vous exprimé de la reconnaissance à vos parents ou à une personne qui vous est proche pour un sacrifice qu'ils ont fait pour vous ?

Leçon 26 : La Sainte-Cène**QUESTIONS DE DISCUSSION**

- Qu'est-ce que cela signifie de prendre dignement la Sainte-Cène ? Quelle est la relation entre le fait de prendre la Sainte-Cène et mon baptême ?

- Comment puis-je me préparer pour la Sainte-Cène et que puis-je faire pendant la Sainte-Cène pour qu'elle ait plus de sens ?
- Comment le fait de prendre la Sainte-Cène régulièrement toutes les semaines peut-il être une bénédiction pour moi ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Dallin H. Oaks, « La réunion de Sainte-Cène et la Sainte-Cène », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 17–20.
- D. Todd Christofferson, « Naître de nouveau », mai 2008, p. 76–79.
- Jay E. Jensen, « Les bras de la sécurité », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 47–49.

- Luc 22:19–20 ; 1 Corinthiens 11:23–29 ; 3 Néphi 18:1–12.
- *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 171–173.

ACTIVITÉ

- Mon progrès personnel : Activité concernant la foi 4 ; activité concernant la nature divine 4 ; activité concernant la vertu 4.

Leçon 27 : Renforcer son témoignage grâce à l'obéissance**QUESTIONS DE DISCUSSION**

- Comment l'obéissance renforce-t-elle le témoignage de l'Évangile ?
- De quelles façons puis-je inciter mes amis et les membres de ma famille à être plus obéissants ?
- Comment puis-je me fortifier lorsque les personnes de mon entourage choisissent de ne pas obéir aux commandements ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Robert R. Steuer, « Le pouvoir de la lumière et de la vérité », *Le Liahona*, mai 2008, p. 99–101.
- Spencer J. Condie, « Obtenir la réalisation des plus grandes et des plus précieuses promesses », *Le Liahona*, nov. 2007, p. 16–18.
- Carlos A. Godoy, « Le témoignage, un processus », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 100–102.
- *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 114–115.
- Matthieu 7:24–27 ; 1 Néphi 3:7 ; Alma 31:5 ; Héliaman 5:12.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Activité concernant l'intégrité 1.
- Rédigez votre témoignage ou relisez celui que vous avez rédigé dans votre livret Mon progrès personnel ou dans votre journal.

CONSEIL POUR L'ENSEIGNEMENT

Les jeunes filles sont plus susceptibles de participer si elles sont réparties en petits groupes de deux à quatre personnes. Faites des petits groupes lorsque vous voulez qu'elles parlent d'un sujet, échangent leurs idées, racontent leurs expériences et s'instruisent les unes les autres (voir L'enseignement, pas de plus grand appel, p. 164).

Leçon 28 : *Le libre arbitre*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Quelles récompenses ou bénédictions ai-je reçues en faisant de bons choix ?
- Comment l'observance des commandements me rend-elle plus libre ? Comment la désobéissance me prive-t-elle de ma liberté ?
- Que dois-je faire ou changer dans ma vie pour qu'il soit plus facile de choisir le bien ?
- Quelle incidence mes choix ont-ils sur la vie des autres personnes ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Gerald N. Lund, « Ouvrir notre cœur », *Le Liahona*, mai 2008, p. 32–34.
« Le libre arbitre est si sacré que notre Père céleste n'imposera jamais rien au cœur humain, même avec son pouvoir infini. L'homme peut essayer d'imposer, mais Dieu ne le fait pas. En d'autres termes, Dieu nous permet d'être le gardien de notre cœur, celui qui en garde la porte. Nous devons librement ouvrir notre cœur à l'Esprit ; il ne s'imposera pas à nous » (p. 33).
- *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 103–104.
- 2 Néphi 2:27–28 ; Héléman 14:30–31 ; Doctrine et Alliances 101:78.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Activités concernant le choix et la responsabilité 1–3.
- Demandez aux jeunes filles de faire des jeux de rôle pour répondre aux questions qui peuvent être posées aux jeunes sur leurs choix et leurs raisons de vivre les principes de l'Évangile.

Leçon 29 : *L'exaltation*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Quelles ordonnances ai-je reçues et de quelles ordonnances ai-je encore besoin pour atteindre l'exaltation ?
- Si le repentir me permet de revenir, pourquoi devrais-je me soucier maintenant de rester sur le chemin qui mène à l'exaltation ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- *Enseignements des présidents de l'Église*, Joseph Smith, 2007, p. 232–241.
- Russell M. Nelson, « Salut et exaltation », *Le Liahona*, mai 2008, p. 7–10.
- *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 199–201. Lisez la section « À votre portée » et discutez-en.
- *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 40–42.

- Jean 3:16 ; 17:3 ; 2 Néphi 9:39 ; Moroni 7:41 ; Doctrine et Alliances 50:5 ; 132:49.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Activité concernant la foi 6.
- Demandez aux jeunes filles de suivre l'invitation de la présidence des Jeunes Filles dans le *Le Liahona* de janvier 2009 concernant le thème des activités d'échange : « Sois un modèle pour les fidèles » (1 Timothée 4:12). Demandez aux jeunes filles de raconter comment la prière, la lecture du Livre de Mormon et le fait de sourire les ont aidé à rester sur le chemin qui mène à l'exaltation.

CONSEIL POUR L'ENSEIGNEMENT

Les jeunes filles sont plus susceptibles de participer de manière constructive si elles ont une tâche à effectuer puis expliquent ce qu'elles ont appris. Par exemple, vous pourriez leur demander de chercher des Écritures toutes seules, d'écrire leur réponse ou leurs impressions ou de réfléchir aux réponses possibles à une question. Elles pourraient ensuite exprimer leurs idées à toute la classe, en petits groupes ou avec d'autres personnes chez elles (voir L'enseignement, pas de plus grand appel, p. 164).

Leçon 30 : *Renforcer son témoignage grâce au service*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Quels petits services les autres ont-ils fait pour moi cette semaine ?
- De quelles façons puis-je rendre service à ma famille et aux autres ?
- Comment une seule jeune fille juste peut-elle avoir un impact sur le monde ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Steven E. Snow, « Le service », *Le Liahona*, nov. 2007, p. 102–104.
- Silvia H. Allred, « Allez », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 10–12. Vous pouvez utiliser l'histoire de la conversion de sœur Allred pour répondre à la question 3 ci-dessus.
- *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 38.
- Matthieu 22:35–40 ; 25:40–46 ; Luc 10:25–37 ; Mosiah 2:17.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Projet concernant la nature divine, point 2.
- *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 180–181. Prévoyez un service et rendez-le. Pensez à des

idées de service à votre famille, votre paroisse ou votre quartier.

Leçon 31 : *Les lois du pays*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Pourquoi est-il important que je sois au courant des problèmes de la collectivité et que j'y réponde. (voir Mosiah 29:25–32).
- À quelles lois civiles m'est-il demandé d'obéir et si j'y obéis quel effet mon exemple a-t-il sur la façon d'agir des autres personnes ?
- Quelle est ma responsabilité lorsque je vois d'autres personnes désobéir aux lois ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Boyd K. Packer, « L'épreuve », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 88–91.
- *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 83–84.
- *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 31.
- Doctrine et Alliances 58:21 ; 98:4–5 ; 12e article de foi.

ACTIVITÉ

- Lors d'une activité d'échange, étudiez les lois que les jeunes doivent respecter. Vous pouvez faire des jeux de rôle correspondants aux situations de la troisième question ci-dessus.

Les cinq prochaines leçons sont directement liées aux principes énoncés dans *Jeunes, soyez forts*. Aidez les jeunes filles à comprendre quelles doctrines et paroles prophétiques confirment ces principes et aidez les à comprendre comment l'obéissance aux principes de l'Évangile les aidera dans leur vie quotidienne.

Leçon 32 : L'importance de la vie**QUESTIONS DE DISCUSSION**

- En quoi la compréhension de mon rôle de femme dans la création divine a-t-elle une influence sur ma façon de vivre et de prendre soin de mon corps ?
- Comment expliquer à mes amis ma croyance que toute vie est sacrée et que l'avortement est un péché ? Quelles circonstances exceptionnelles justifient un avortement ? (voir *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 16–17).

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Russell M. Nelson, « Avortement : Une agression contre les sans défense », *Le Liahona*, oct. 2008, p. 14–19.
- « La famille, déclaration au monde », *L'Étoile*, jan. 1996, p. 116–117 (paragraphe 4–5).
- *Ancrés dans la Foi*, p. 16–17, 7, 38–39. Vous pouvez remplacer les citations sur l'avortement et l'histoire de Cindy par les renseignements contenus dans *Ancrés dans la Foi*.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Activité concernant la nature divine 2.
- Pour une activité d'échange, allez avec les jeunes filles dans un endroit où la nature est belle et parlez de la création et du don de la vie.

Leçon 33 : Le pouvoir sacré de la procréation**QUESTIONS DE DISCUSSION**

- Quelles bénédictions puis-je avoir si je reste moralement pure ?
- Quelles petites décisions puis-je prendre pour me protéger de la tentation de l'immoralité ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Gordon B. Hinckley, « Je suis pur », *Le Liahona*, mai 2007, p. 60–62.
- *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 26–28.
- « La famille, déclaration au monde », *L'Étoile*, jan. 1996, p. 116–117. Vous pouvez utiliser des passages de la déclaration à la place de la citation de Hugh B. Brown au début de la leçon et de la liste de citations à la fin de la leçon.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Activité concernant la vertu 1.
- Faites des jeux de rôle où les jeunes filles expliquent les principes du Seigneur sur la chasteté et la vertu à d'autres personnes.

Leçon 34 : Rester fidèle aux principes donnés par le Seigneur**QUESTIONS DE DISCUSSION**

- Comment puis-je aider mes amis à respecter les principes donnés par le Seigneur ?
- Le monde me demande d'être tolérant envers les actions et les croyances d'autres personnes. Dans quels cas le Seigneur me demande-t-il d'émettre un jugement concernant des idées, des situations et des gens ? (voir *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 101–102).
- Si je respecte les principes donnés par le Seigneur quel effet mon exemple a-t-il sur l'opinion que les autres personnes ont de l'Église ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- W. Craig Zwick, « Nous ne succomberons pas, nous ne pouvons pas succomber », *Le Liahona*, mai 2008, p. 97–99.
- Elaine S. Dalton, « Retour à la vertu », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 78–80.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Activité concernant l'intégrité 5.
- Lisez Alma 47. Parlez des façons dont nous pouvons être « empoisonnés peu à peu » et finir par ne plus respecter les principes donnés par le Seigneur.

Leçon 35 : De bons choix**QUESTIONS DE DISCUSSION**

- Quels sont les choix que je fais actuellement qui auront un effet sur le reste de ma vie ?
- Quand le Saint-Esprit m'a-t-il aidé à faire un bon choix ?
- Quel impact mes choix ont-ils sur d'autres personnes ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Thomas S. Monson, « Trouvons de la joie pendant le voyage », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 84–88.

CONSEIL POUR L'ENSEIGNEMENT

Les jeunes filles sont plus susceptibles de comprendre et d'appliquer un principe de l'Évangile s'il est clairement enseigné. Parcourez les Écritures et la leçon pour trouver un principe qui peut être le point central de la leçon. Vous pourriez l'écrire au tableau, l'énoncer ou le faire remarquer dans les Écritures (voir L'enseignement, pas de plus grand appel, p. 52).

- Henry B. Eyring, « Marcher dans la lumière », *Le Liahona*, mai 2008, p. 123–125.
- *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 4–5.
- Moroni 7:16–17.

ACTIVITÉ

- Mon progrès personnel : Activité concernant la valeur personnelle 2.

Leçon 36 : L'honnêteté

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Que signifie être honnête ?
- Quand suis-je tentée d'être malhonnête ?
- Comment certaines personnes dans le monde mènent-elles une double vie ?
- Quelles bénédictions recevrai-je si mes actions sont en harmonie avec mes croyances « en tout temps, et en toutes choses, et dans tous les lieux » ? (Mosiah 18:9 ; voir *Ancrés dans la Foi* [2004], p. 84).

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Richard C. Edgley, « Trois serviettes de toilette et un journal à vingt-cinq cents », *Le Liahona*, nov. 2006, p. 72–74.
- *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 31.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Activités concernant l'intégrité 2,–4.
- Ayez une discussion commune avec les jeunes gens et les jeunes filles sur l'honnêteté, l'intégrité et les moyens de s'aider mutuellement à éviter le piège du monde qui consiste à mener une double vie.

Leçon 37 : Rester chaste grâce à une vie droite

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Qu'enseignent les médias sur la chasteté ?
- Pourquoi les péchés sexuels sont-ils considérés « extrêmement graves » ? (voir *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 26–28).
- Quelles décisions dois-je prendre maintenant pour rester chaste et digne des futures bénédictions du temple ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Richard G. Scott, « La sainteté de la féminité », mai 2000, p. 36–38 ; *Le Liahona*, juil. 2000, p. 43–45.
- Elaine S. Dalton, « Restez sur le chemin », *Le Liahona*, mai 2007, p. 112–114.
- *Jeunes, soyez forts*, p. 26–28.
- 2 Néphé 28:20–22 ; Mosiah 4:29–30 ; Alma 39:3–5.

ACTIVITÉ

- Mon progrès personnel : Projet concernant le choix et la responsabilité, point 3 ; activité concernant la vertu 1.

Leçon 38 : Prendre soin de son corps

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Comment la notion de modération s'applique-t-elle à la santé et au bien-être physique (comme la nourriture, l'exercice et le sommeil) ?
- Comment l'entretien de ma santé physique peut-il m'aider à remplir mes rôles divins ?
- Qu'est-ce que je fais pour conserver un corps en bonne santé ? Que puis-je améliorer ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- James E. Faust, « La faculté de changer », *Le Liahona*, nov. 2007, p. 122–124. Cet article de frère Faust pourrait être utilisé pour traiter de la dépendance.
- L. Tom Perry, « Agissons avec simplicité », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 7–10.
- *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 36–37.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Projet concernant la connaissance, point 3.
- Donnez l'occasion aux jeunes filles d'apprendre à prévoir et à préparer un repas nutritif.

Leçon 39 : Éviter la maladie

Vous pouvez utiliser cette leçon comme base d'une activité d'échange. Vous pouvez demander à un médecin ou à une infirmière de venir parler aux jeunes filles des problèmes de santé actuels et des solutions pratiques pour garder un mode de vie sain et éviter les maladies. Ou alors, vous pouvez demander à un médecin et à un psychologue de venir parler des troubles du comportement alimentaire, de la dépendance et d'autres problèmes auxquels les jeunes filles doivent faire face.

Leçon 40 : La maîtrise de soi

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Quelles habitudes les prophètes nous ont-ils demandé d'acquiescer pour faire preuve de maîtrise de soi ? (voir *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 40–42). Quelles promesses sont liées à ses habitudes ?
- Comment Mon progrès personnel peut-il être un outil pour augmenter ma maîtrise de soi ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Bruce C. Hafen, « L'Expiation : Tout pour tous », *Le Liahona*, mai 2004, p. 97–99.

CONSEIL POUR L'ENSEIGNEMENT

Les jeunes filles sont plus susceptibles d'appliquer la doctrine si on les incite à réfléchir à la manière dont elle s'applique à elles. Posez des questions telles que : « Pourquoi ce principe est-il important pour vous ? » « Quand avez-vous ressenti la force de ce principe ? » « Quelles bénédictions vous ou d'autres personnes avez-vous reçues grâce à ce principe ? » (voir L'enseignement, pas de plus grand appel, p. 183).

« Nous progressons de deux manières : en enlevant les herbes négatives et en cultivant les fleurs positives. La grâce du Sauveur nous bénit dans ces deux rôles, si nous faisons notre part. Tout d'abord, nous devons constamment déraciner les mauvaises herbes du péché et des mauvais choix. Il ne suffit pas de les *tondre*. Il faut les arracher avec les racines, en nous repentant pleinement pour satisfaire aux conditions de la miséricorde. Mais recevoir le pardon n'est qu'une partie de notre progression. Nous ne faisons pas que simplement payer une dette. Notre but est de devenir des êtres célestes. Une fois que nous avons désherbé le tréfonds de nous-mêmes, nous devons continuellement planter, désherber et nourrir les semences des qualités divines » (p. 97).

- Charles W. Dahlquist II, « Qui donc est au Seigneur ? » *Le Liahona*, mai 2007, p. 94–96.

ACTIVITÉ

- Demandez aux jeunes filles de mettre en pratique les principes expliqués à la page 40 de *Jeunes, soyez forts* pendant une semaine. Vous pouvez leur demander, au début de la leçon la semaine suivante, d'expliquer les différences qu'elles ont observées en faisant ces choses.

Leçon 41 : L'optimisme

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Dans le plan du salut de Dieu, qu'est-ce qui peut m'aider à avoir un point de vue optimiste sur la vie ?
- Comment puis-je rester enjouée et optimiste dans les moments difficiles ?
- Quelles sont les bénédictions d'une expression enjouée ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Joseph B. Wirthlin, « Prends les choses comme elles viennent et aime-les », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 26–28.
- Quentin L. Cook, « J'espère que tu sais que nous avons eu un moment difficile », *Le Liahona*, novembre 2008, p. 102–106.
- 2 Néphi 31:20 ; Éther 12:4–9, 23, 27.

ACTIVITÉ

- Mon progrès personnel : Activité concernant la foi 6 ; activité concernant la valeur personnelle 1.

Leçon 42 : La reconnaissance

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Quels dons et quelles occasions le Seigneur m'a-t-il donnés ? En quoi ma vie serait-elle différente sans ces bénédictions ?
- Lorsque j'exprime ma reconnaissance à d'autres personnes et à Dieu, comment suis-je bénie ?

- Comment est-ce que j'exprime ma reconnaissance à mes parents, à mes amis, à mon Père céleste et aux autres personnes ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Thomas S. Monson, « Trouvons de la joie pendant le voyage », *Le Liahona*, nov. 2008, p. 84–88. Lisez l'histoire de la femme qui était aveugle et a recouvré la vue.
- Bonnie D. Parkin, « La reconnaissance, un chemin vers le bonheur », *Le Liahona*, mai 2007, p. 34–36.
- *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 86–87.
- *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 6.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Activité concernant le dévouement 1.
- Écrivez des lettres de reconnaissance ou des mots de remerciement à des professeurs, des instructeurs, vos parents, des amis ou des dirigeants.

CONSEIL POUR L'ENSEIGNEMENT

Les jeunes filles sont plus susceptibles de participer de façon constructive si on leur donne le temps de méditer avant de répondre aux questions. Vous pourriez écrire une question au tableau avant la leçon ou demander aux élèves d'écrire leur réponse sur une feuille (voir L'enseignement, pas de plus grand appel, p. 68–70).

Leçon 43 : Faire bon usage de son temps libre

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Parmi mes activités lesquelles pourraient être considérées comme une perte de temps ?
- Quels choix pourrais-je faire pour utiliser mon temps libre avec plus de sagesse ?
- Pourquoi suis-je responsable de l'utilisation de mon temps devant le Seigneur ? (voir *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 4–5).

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- M. Russell Ballard, « Filles de Dieu », *Le Liahona*, mai 2008, p. 108–110.
- Dallin H. Oaks, « Bon, mieux, encore mieux », *Le Liahona*, nov. 2007, p. 104–108.
- *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 37–38.
- *Jeunes, soyez forts*, p. 4–5.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Activité concernant la connaissance 2.
- Demandez aux jeunes filles de raconter comment elles ont utilisé une partie de leur temps libre pendant la semaine pour cultiver un talent ou apprendre quelque chose de nouveau.

Leçon 44 : Cultiver ses talents

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Qu'est-ce que mon Père céleste désire que je fasse de mes talents et de mes dons spirituels ?

- Quels nouveaux talents ou savoirs-faires est-ce que je veux acquérir ? Qui pourrait m'aider à apprendre ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Thomas S. Monson, « L'esprit de la Société de Secours », *L'Étoile* juil. 1992, p. 115–117.
« Chaque femme a reçu de Dieu des qualités, des dons et des talents uniques, afin de remplir une mission précise dans le plan éternel » (p. 116).
- Dieter F. Uchtdorf, « Le bonheur, votre héritage », *Le Liahona*, novembre 2008, p. 117–120.
« Vous pensez peut-être que vous n'avez pas de talents, mais c'est faux car nous avons tous des talents et des dons, chacun de nous » (p. 119).
- *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 53–55.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Activités concernant la valeur personnelle 4, 7 ; activité concernant la connaissance 5.
- Découvrez les nouveaux talents que les jeunes filles veulent acquérir et rapprochez les jeunes-filles des sœurs de la Société de Secours qui possèdent ces talents et sont prêtes à les enseigner.

Leçon 45 : *S'adonner à l'art*

Demandez aux jeunes filles de préparer une activité qui s'intéresse à l'art et d'y participer. Donnez leur l'occasion de développer et de montrer leurs compétences et leurs talents ou d'apprendre les usages en vigueur dans les musées, aux concerts ou pour les autres événements culturels de votre région.

Leçon 46 : *La responsabilité financière*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Pourquoi est-ce dangereux d'acheter quelque chose maintenant et de le payer plus tard ?
- Comment puis-je éviter d'avoir des dettes ?
- Pourquoi le paiement de la dîme est-il un acte de foi ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Thomas S. Monson, « Ancrés dans la foi », *Le Liahona*, mai 2006, p. 18–21.
- Keith B. McMullin, « Se préparer », *Le Liahona*, mai 2007, p. 51–53.
- *Ancrés dans la Foi*, 2004, p. 45–46.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Activité concernant la connaissance 2 ; activité concernant le choix et la responsabilité 7.
- Vous pouvez avoir une discussion commune Jeunes Gens–Jeunes Filles sur les dettes, les cartes de crédit, les intérêts, le système bancaire et d'autres questions financières. Demandez aux jeunes de dresser la liste de leurs besoins financiers pour les prochaines années, jusqu'à ce qu'ils soient adultes, et d'établir un plan pour répondre à ces besoins.

- *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 34–35.

Leçon 47 : *Un milieu édifiant*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Que dois-je ajouter ou supprimer de mon espace vital pour avoir un environnement plus édifiant ?
- Comment les médias peuvent-ils polluer spirituellement ma vie ? Que dois-je faire pour améliorer mon environnement médiatique ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- James E. Faust, « Éléments nutritifs spirituels », *Le Liahona*, nov. 2006, p. 53–55.
« Les éléments nutritifs spirituels, qui nous maintiennent spirituellement en bonne santé, peuvent perdre leur pouvoir et leur force si nous ne vivons pas de manière à être dignes de la direction divine dont nous avons besoin... Nous devons veiller à ce que notre esprit et notre corps restent exempts de toute forme de dépendance et de souillure. Nous ne choisirions jamais de manger de la nourriture gâtée ou contaminée. C'est dans le même esprit de sélection que nous devons veiller à ne pas lire ou à ne pas regarder ce qui n'est pas de bon goût. Une grande partie de la pollution spirituelle qui s'insinue dans notre vie vient de l'Internet, de jeux électroniques, d'émissions de télévision et de films qui sont fortement suggestifs ou étalent les facettes viles de l'humanité. Du fait que nous vivons dans un tel environnement, nous devons augmenter notre force spirituelle » (p. 55).
- Richard G. Scott, « Comment bien vivre au milieu du mal grandissant » *Le Liahona*, mai 2004, p. 100–102.

ACTIVITÉ

- Mon progrès personnel : Activité concernant la nature divine 3 ; activité concernant le choix et la responsabilité 5 ; projet concernant le choix et la responsabilité, point 2 ; activité concernant la vertu 2.

Leçon 48 : *Communiquer pour diriger*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Quels dangers y a-t-il à communiquer par l'Internet ou par SMS plutôt qu'à parler face à face avec une personne ?
- De quelles façons une bonne communication me sera-t-elle utile dans mon mariage, mes emplois et mes appels futurs ? Sur quoi dois-je travailler ?
- Quels attributs du Christ pourraient m'aider à être une meilleure dirigeante et à mieux communiquer ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Thomas S. Monson, « Exemples de droiture », *Le Liahona*, mai 2008, p. 65–68.
- L. Lionel Kendrick, « Communiquer à la manière du Christ », *L'Étoile*, janv. 1989, p. 19–20. Remplacez la démonstration du début de la leçon par une discussion sur la communication à la manière du Christ décrite dans la citation suivante :

« Parler en chrétien, c'est s'exprimer avec amour, non sur un ton criard. C'est s'exprimer dans le but d'aider, non pas dans celui de blesser. Cela nous rapproche, au lieu de nous éloigner. Cela nous édifie, au lieu de nous diminuer » (p. 20).

- *Jeunes, soyez forts*, brochure, 2001, p. 22–23.

ACTIVITÉ

- Mon progrès personnel : Activité concernant le dévouement 4 ; projet concernant le choix et la responsabilité, point 3.

Leçon 49 : *Apprécier et encourager les personnes handicapées*

QUESTIONS DE DISCUSSION

- Quels sont les traits de caractère ou les talents que je possède ou dont j'ai besoin pour servir les personnes handicapées ?
- Que puis-je faire pour aider une personne handicapée à se sentir utile, nécessaire et appréciée ?
- Qu'ai-je appris de personnes handicapées ?

DOCUMENTATION SUPPLÉMENTAIRE

- Joseph B. Wirthlin, « Se soucier de chacun », *Le Liahona*, mai 2008, p. 17–20.
- Mosiah 4:15.

ACTIVITÉS

- Mon progrès personnel : Activité concernant le dévouement 3 ; projet concernant la nature divine, point 2.
- Vous pouvez apprendre « Je suis enfant de Dieu » (*Cantiques*, n° 193) ou un autre cantique de l'Église en langage des signes.

ÉGLISE DE
JÉSUS-CHRIST
DES SAINTS
DES DERNIERS JOURS

FRENCH



4 02083 03140 5

08303 140