

# Se renouveler en Christ : un chemin quotidien!



## Lectures de la messe

### Première lecture

**« Vous êtes passés par la mort avec le Christ en Dieu. Faites donc mourir en vous ce qui n'appartient qu'à la terre » (Col 3, 1-11)**

Lecture de la lettre de saint Paul apôtre aux Colossiens

Frères,

vous êtes ressuscités avec le Christ,  
recherchez les réalités d'en haut :  
c'est là qu'est le Christ, assis à la droite de Dieu.

Pensez aux réalités d'en haut,  
non à celles de la terre.

En effet, vous êtes passés par la mort,  
et votre vie reste cachée avec le Christ en Dieu.

Quand paraîtra le Christ, votre vie,  
alors vous aussi, vous paraîtrez avec lui dans la gloire.

Faites donc mourir en vous  
ce qui n'appartient qu'à la terre :  
débauche, impureté, passion, désir mauvais,  
et cette soif de posséder, qui est une idolâtrie.

Voilà ce qui provoque la colère de Dieu  
contre ceux qui lui désobéissent,  
voilà quelle était votre conduite autrefois  
lorsque, vous aussi, vous viviez dans ces désordres.

Mais maintenant, vous aussi, débarrassez-vous de tout cela :  
colère, emportement, méchanceté, insultes,  
propos grossiers sortis de votre bouche.

Plus de mensonge entre vous :  
vous vous êtes débarrassés de l'homme ancien qui était en vous  
et de ses façons d'agir,

et vous vous êtes revêtus de l'homme nouveau  
qui, pour se conformer à l'image de son Créateur,  
se renouvelle sans cesse en vue de la pleine connaissance.

Ainsi, il n'y a plus le païen et le Juif, le circoncis et l'incirconcis,

il n'y a plus le barbare ou le primitif, l'esclave et l'homme libre ;  
mais il y a le Christ :  
il est tout, et en tous.

– Parole du Seigneur.

## Psaume

**(Ps 144 (145), 2-3, 10-11, 12-13ab)**

**R/ La bonté du Seigneur est pour tous.** (Ps 144, 9a)

Chaque jour je te bénirai,  
je louerai ton nom toujours et à jamais.  
Il est grand, le Seigneur, hautement loué ;  
à sa grandeur, il n'est pas de limite.

Que tes œuvres, Seigneur, te rendent grâce  
et que tes fidèles te bénissent !  
Ils diront la gloire de ton règne,  
ils parleront de tes exploits.

Ils annonceront aux hommes tes exploits,  
la gloire et l'éclat de ton règne :  
ton règne, un règne éternel,  
ton empire, pour les âges des âges.

## Évangile

**« Heureux, vous les pauvres. Mais quel malheur pour vous, les riches » (Lc 6, 20-26)**

**Alléluia. Alléluia.**

Réjouissez-vous, soyez dans l'allégresse,  
car votre récompense est grande dans les cieux !  
**Alléluia.** (Mt 5, 12)

Évangile de Jésus Christ selon saint Luc

En ce temps-là,  
Jésus, levant les yeux sur ses disciples, déclara :  
« Heureux, vous les pauvres,  
car le royaume de Dieu est à vous.  
Heureux, vous qui avez faim maintenant,  
car vous serez rassasiés.  
Heureux, vous qui pleurez maintenant,  
car vous rirez.  
Heureux êtes-vous quand les hommes vous haïssent  
et vous excluent,  
quand ils insultent et rejettent votre nom comme méprisable,  
à cause du Fils de l'homme.  
Ce jour-là, réjouissez-vous, tressaillez de joie,  
car alors votre récompense est grande dans le ciel ;  
c'est ainsi, en effet, que leurs pères traitaient les prophètes.

Mais quel malheur pour vous, les riches,  
car vous avez votre consolation !

Quel malheur pour vous qui êtes repus maintenant,  
car vous aurez faim !

Quel malheur pour vous qui riez maintenant,  
car vous serez dans le deuil et vous pleurerez !

Quel malheur pour vous  
lorsque tous les hommes disent du bien de vous !  
C'est ainsi, en effet, que leurs pères traitaient les faux prophètes. »

- Acclamons la Parole de Dieu.

## Méditation

Frères et sœurs dans le Seigneur Jésus-Christ, rendons grâce à Dieu pour ce don d'un jour nouveau, où il nous témoigne à nouveau son grand amour. Nous méditons aujourd'hui un passage de la lettre de Saint Paul Apôtre aux Colossiens, où il exhorte les croyants à chercher les réalités d'en-haut, là où se trouve le Christ. Il les invite à mourir à leur ancienne manière de vivre dominée par le péché, les passions désordonnées et l'égoïsme pour revêtir l'homme nouveau, renouvelé à l'image de Dieu.

Pour nous aider dans ce chemin de renouvellement, Saint Paul met en lumière deux groupes de personnes : les bons et les méchants, les bénis et les maudis, les heureux et les malheureux, ceux qui veillent à leur conduite et ceux qui agissent sans égard pour les autres. Ce qui représente deux manières de vivre : d'un côté, l'homme ancien, guidé par ces comportements dont nous devons nous débarrasser : débauche, impureté, passion, désir mauvais, soif de posséder, colère, méchanceté, insultes. De l'autre, l'homme nouveau, façonné à l'image du Christ, et qui vit des vertus telles que la compassion, la bonté, l'humilité, la douceur, la patience, la capacité à pardonner, la paix, la reconnaissance.

Ce texte nous invite à revoir notre conduite et notre mode de vie. Ce qui fait notre bonheur et à nous efforcer pour ce qui est durable, qui fait le bien du plus grand nombre et non pas pour les joies éphémères. Dieu nous invite à une transformation intérieure profonde qui ne se limite pas à corriger un comportement ici ou là, mais nous demande de changer notre cœur et nos priorités.

Faire mourir l'homme ancien, ce n'est pas tant livrer un combat sans fin, mais cesser d'alimenter ce qui nous détruit. Par exemple : ignorons la colère, et choisissons de dire des paroles douces et constructives, détournons-nous de l'envie de posséder, et tournons notre cœur vers les besoins des autres, taisons les critiques stériles, et engageons-nous dans des gestes de service et d'encouragement.

Posons-nous des questions pour une introspection personnelle : Quelles attitudes de l'homme ancien reconnaissons-nous encore en nous ? Comment pouvons-nous concrètement revêtir l'homme nouveau aujourd'hui ?

## Prions

Seigneur, Tu nous appelles à revêtir l'homme nouveau et à vivre selon les valeurs du ciel. Nous t'offrons nos efforts, nos luttes et notre volonté de te suivre et te prions de nous délivrer de tout ce qui nous attache encore à l'homme ancien : nos colères, nos convoitises, nos paroles blessantes, nos pensées impures. Mets en nous le désir sincère de nous renouveler chaque jour, donne-nous la grâce

de prier avec foi pour les vertus de l'humilité, de paix, de douceur et d'agir avec persévérance.  
Amen !

## **Intercession**

Prions pour toutes les personnes qui luttent contre leurs penchants mauvais ou des habitudes de péché enracinées. Que l'Esprit Saint les fortifie dans leurs efforts et remplisse leur cœur d'espérance. Qu'ils puissent se relever avec Sa force, croire à leur transformation, et avancer vers la liberté en Christ.

Vierge Marie intercède pour tes enfants.

## **Exercice spirituel**

- Aujourd'hui, notons sur une feuille trois comportements qui relèvent de l'homme ancien en nous et que nous voulons changer pour être plus proche du Christ (par exemple : colère, critique, orgueil, ...).
- Notons ensuite sur une autre feuille trois vertus que nous aimerions cultiver (par exemple : patience, gratitude, humilité, ...)
- Notons devant chaque vertu une action concrète à faire chaque jour (par exemple : apprécier les efforts d'une personne, accepter que nous avons eu tort, demander pardon à plus petit que nous)
- Le soir, pendant la relecture de notre journée, regardons où nous avons été fidèles et rendons grâce à Dieu pour le progrès. Regardons également où nous pouvons mieux faire demain et demandons Sa force.

Bebissi Stéphanie (Communauté des Disciples du Christ Vivant)