



Mon guide d'oraison quotidienne



Numéro spécial
Carême 4

Guide hebdomadaire de prière de la Communauté des Disciples du Christ Vivant

Comment faire mon oraison et la relecture de ma journée?

Inspiré du «Guide pour la méditation et la relecture de la journée»
du P. Conrad Aurélien FOLIFACK, sj

Qu'est ce que la méditation?

La méditation est une activité ou un exercice spirituel fortement réflexif qui se sert de la mémoire, de l'intelligence et de la volonté pour rentrer en contact avec Dieu. Dans la perspective de la spiritualité ignacienne, la parole de Dieu est la médiation de cette rencontre. Le but c'est de la méditation, c'est de nous laisser influencer par la parole de Dieu afin que notre vie en soit transformée. Dans la méditation, Dieu nous rejoint en nous interpellant à la conversion, à plus d'amour, de justice, de vérité, etc. Il ne s'agit pas d'une réflexion sur la parole pour gagner en « connaissances », en « enseignements », mais d'en tirer profit pour notre vie quotidienne, notre relation à Dieu et au prochain. La méditation aide gagner en union avec Dieu et en sagesse

Dans la méditation, nous utilisons trois facultés de l'âme : la mémoire, l'intelligence et la volonté. La mémoire nous aide à nous rappeler la scène ou le texte biblique à méditer. Par l'intelligence, nous essayons de comprendre ce qui se passe dans la scène biblique ou le texte biblique. Par la volonté, nous impliquons notre cœur et nos sentiments, émotions pour que ce qui nous a touché passe dans notre vie. Pour ceux qui n'y sont pas habitués, le temps de la retraite est un temps d'entraînement, d'exercice à la pratique de la méditation. Nous vous proposons ce cheminement comme une manière de s'y exercer, afin qu'après la retraite vous puissiez continuer facilement. Ce ne sera pas toujours facile de faire cet exercice.

Parfois nous ne sentons rien. Le temps passé sera regardé souvent comme du temps perdu. Mais tenons bon et puis un jour Dieu va nous rejoindre et nous toucher. Mais quand on y trouve la paix, la joie, l'illumination intérieure et quand on y fait l'expérience de la présence de Dieu, on y reviens toujours.

Le temps de la méditation devient un moment clé de chacune de nos journées, une lumière que nous allumons chaque matin et qui éclaire nos vies. Je vous propose les étapes de cette prière qui commence la veille avec la préparation jusqu'au moment où je me mets en prière.

La préparation de la méditation

Comme toute activité importante, la méditation se prépare. Surtout quand nous n'y sommes pas habitués, il faut se préparer. Cette préparation comporte plusieurs éléments.

Choisir un lieu

- o Choisir un lieu pour ma prière quotidienne et si possible garder toujours le même lieu.
- o Aménager le lieu si possible à l'aide d'une bougie, un pot de fleur, une Bible ouverte, une belle image si ça vous parle et si votre confession religieuse vous le permet.
- o Par la régularité de votre prière vous rendrez sacré ce lieu où vous priez.
- o Si j'habite près d'un sanctuaire, d'une chapelle, d'une Eglise, je peux m'y rendre aussi pour faire ma prière.

Fixer un moment

- o Faire la méditation du matin si possible toujours à la même heure. Ne changez pas au gré des circonstances.
- o Par la régularité de votre prière vous rendrez sacré ce moment. C'est votre heure sainte.
- o Faire si possible la prière du matin au lever du jour, avant de se plonger dans les activités de la journée. Rappelez-vous qu'une prière remise est souvent une prière omise. Souvent on n'arrive plus à se rattraper, pris dans le tourbillon des activités de la journée.

Préparer son corps

- o Un corps fatigué ne favorise pas une prière fervente. Dormir suffisamment pour bien prier le

matin.

o Un ventre trop plein s'endort pendant la prière. Ne pas trop manger avant la prière.

Préparer son cœur

o Nous allons à la prière tels que nous sommes avec nos problèmes, nos soucis, nos joies, nos succès, nos rêves, nos blessures, nos frustrations, etc.

o Pour éviter que les soucis et problèmes ne constituent un point focal de distraction, déposons les devant le Seigneur avant de commencer la prière. Notre Père qui est dans les cieux sait ce dont nous avons besoin.

o La veille, lire les textes avant d'aller dormir, ou juste après la prière du soir.

Comment procéder pour la méditation ?

➤ **Diviser le temps selon les rubriques proposées :** Entrée en prière, lecture du texte, grâce à demander, points pour la méditation, terminer la prière. En organisant systématiquement votre temps vous verrez que 30 mn passent assez rapidement.

➤ **Pour ceux qui ne sont pas habitués à la méditation,** il est conseillé de prendre beaucoup plus de temps pour se mettre en prière et pour la lecture des textes. Ensuite passer en revue les points pour la méditation. Et à la fin simplement laisser parler son cœur en lien avec ce que ces textes vous ont inspiré.

➤ **Les étapes de la méditation :**

- Entrée en prière
- Lecture du texte
- Grâce à demander
- Points pour la méditation
- Terminer la prière

Entrée en prière

➤ Avant de commencer la prière, prendre la peine d'éteindre son téléphone où le mettre sur un mode qui risque de ne pas me perturber.

➤ Une fois arrivé au lieu de la prière, prendre le temps de m'installer de manière confortable, pas trop confortable non plus (au risque de s'endormir).

➤ Il est conseillé de prendre une position que je peux tenir pendant la durée de la prière.

➤ Pour une prière longue de 30 mn, pas besoin d'adopter une position inconfortable comme la position à genoux, la gèneflexion, la prostration (au risque de s'endormir).

gèneflexion, etc.

➤ Offrir ce moment d'intimité à Dieu, lui demander la grâce d'être concentré durant ce moment, d'être là pour lui.

➤ Bien poser mon corps. Essayer de le sentir. Respirer profondément. Prendre conscience de soi, de son corps, de ce que nous allons faire.

➤ Laisser couler tout doucement le flot de nos pensées et les ramener vers soi jusqu'à se rendre compte de ce que nous sommes en train de faire : nous mettre en présence de Dieu.

➤ Poser des gestes qui marquent le début de ma prière : un signe de la croix, une brève

Lire les textes proposés

➤ Lire plusieurs fois et lentement le (s) texte (s) sur lequel portera ma méditation.

➤ Par cette lecture, nous allons nous immerger aussi dans le monde décrit par le texte : les personnages, leurs paroles, leurs actions, les lieux de l'action, etc.

La grâce à demander

➤ La prière ignacienne n'est pas gratuite. Elle vise notre transformation et notre conversion.

En fonction du texte devant moi, demander une grâce particulière pour m'aider à grandir comme chrétien.

➤ Les lectures du jour peuvent nous inspirer une grâce à demander. La grâce est le don spirituel dont nous avons besoin pour notre croissance.

➤ Nous pouvons aussi faire une demande matérielle pour notre vie quotidienne ou pour nos proches : santé, fécondité, travail, argent etc.

Les points de méditation

➤ Nous avons en fonction du texte plusieurs options :

o Lire et comprendre objectivement le texte qui nous est proposé. De quoi parle le texte ? Quel sont les acteurs en jeu ? Je dois avouer que certains textes peuvent être difficiles. Comme j'ai dit nous avons toujours le choix entre troistextes. Nous pouvons prendre celui qui nous parle le plus. Dans le cadre de cette retraite, le texte nous sera souvent proposé.

o Regarder les personnages s'il s'agit d'un récit. Écouter ce qu'ils disent, font, leurs réactions, oppositions, etc. M'identifier à eux, rejoint par l'imagination la scène contemplée.

Comment suis-je touché par tout ceci ?

o Nous pouvons choisir de nous arrêter sur quelques phrases que nous trouvons importantes pour nous. Essayer de nous demander ce que ces passages nous disent à nous.

o Nous pouvons nous servir des points proposés pour la méditation.

o Quel que soit l'aspect considéré, il est important à la fin de réfléchir et de tirer profit.

Nous devons être actifs durant la prière, réfléchir, utiliser la mémoire, l'intelligence, et mouvoir la volonté vers l'action.

o Mais nous devons aussi écouter, nous laisser toucher quand une parole, un personnage, une action nous rejoint. Ne pas aller plus loin quand nous trouvons du goût. Quand nous sommes rassasiés par ce que nous avons trouvé, restons y.

Terminer la méditation

Pour terminer la méditation, nous avons deux choses à faire.

➤ **Le colloque**, en latin colloquim est une conversation, un entretien. Il est utilisé dans la société et l'administration pour désigner des rencontres ou plusieurs intervenants discutent d'un sujet particulier. Dans la prière il s'agit d'un entretien avec Dieu où je lui ouvre mon cœur pour partager ce qui s'y trouve.

Ce que la prière a produit en moi.

➤ Durant le colloque, je partage mes aspirations, mes peurs, mes angoisses, mais aussi mon espérances, mes désirs, mes projets.

➤ Durant le colloque, je peux aussi profiter pour confier à Dieu des intentions de prière pour les autres.

➤ Je termine la prière par un NOTRE PÈRE ou toute autre prière usuelle.

Relire sa prière

Une fois la prière terminée, je prends quelques minutes pour me poser la question de savoir ce qui s'est réellement passé.

o Qu'est ce qui a touché mon cœur durant cette méditation ?

o Qu'est ce qui a changé dans ma manière de penser, de regarder les autres, le monde, Dieu ?

o Quel appel, interpellation, grâce ai-je reçu ?

o Qu'est ce qui a bougé en moi après cette prière ?

Si la prière a été difficile, rechercher quelles en sont les causes : fatigue, texte difficile, difficultés à se concentrer, manque d'habitude etc. ?

C'est le fruit de ces relectures que je partage avec mon accompagnateur spirituel.

Qu'est-ce que c'est que relecture de la journée ?

Cet exercice est à faire le soir. Cet exercice encore appelé examen de conscience, ou prière d'alliance aide à retrouver la paix en regardant sa vie avec les yeux de Dieu. Le but n'est pas d'abord d'entrer dans un examen de sa vie débilisant et frustrant. La relecture n'est pas seulement le lieu pour faire le décompte de nos péchés quotidiens, mais le moment pour redécouvrir l'amour de Dieu à l'œuvre dans nos vies. Cet exercice sert à détecter le doigt de Dieu dans les événements heureux et malheureux de notre existence. Dans le cadre de notre retraite, la relecture vise à voir comment la journée de retraite a été vécue et comment la parole méditée le matin a été vécue en journée.

Choisir un moment

La relecture de journée peut se faire le soir juste au retour du travail (18h-20h).

o Nous risquons de la manquer, sous le coup de la fatigue de la journée, si nous la remettons plus tard. Il est préférable de prendre son repas après la prière du soir.

Entrée en prière

➤ La prière du soir peut se faire de manière plus détendue. On n'a plus la même énergie qu'au lever du jour.

➤ M'installer confortablement, en tenant compte de la fatigue de la journée.

➤ Je peux la faire en marchant aussi.

➤ Prendre conscience de la présence de Dieu là où je suis (assis, en marchant, etc).

Demander la grâce de la lumière

➤ La grâce pour revoir la présence cachée de Dieu à travers les événements vécus, les personnes rencontrées, les activités menées.

➤ La grâce pour mettre le doigt sur tous les obstacles que j'ai mis à la présence de cette grâce de Dieu, sur les injustices dans ma vie et autour de moi qui de multiples manières, m'empêchent et empêche les autres de vivre en plénitude.

Regarder ma journée

➤ Parcourir d'un regard toute ma journée du matin jusqu'au moment de cette relecture. Ou bien depuis ma dernière relecture de la journée.

➤ Revoir les rencontres, les événements de cette journée.

➤ Revoir mes actions, mes paroles, mes pensées tout le long de la journée.

- Comment la méditation du matin a-t-elle nourri ma journée, inspiré mes actions, mes rencontres, mon travail, ma vie en famille, au quartier ?
- M'arrêter sur les émotions et sentiments qui ont marqué ma journée. Quel sentiment ou émotion ont dominé ma journée ?
- Revoir comment mes émotions et sentiments ont dominé ma journée, comment ils ont influencé certaines de mes décisions, mon comportement, mes paroles, mes actions etc.

Dire merci à Dieu

- Pour tout ce qui a été bien, beau, vrai au cours de cette journée.
- Pour les événements heureux de la journée et pour les événements moins heureux.
- Pour la bonne humeur, les sentiments positifs qui m'ont habité aujourd'hui et qui m'ont permis de donner la vie de rendre heureux mon entourage, m'ont stimulé dans mon travail, mes relations, etc.

Demander pardon à Dieu

- Pour ce qui n'a pas été vrai, bien, beau, juste au cours de ma journée.
- Pour avoir laissé des sentiments et émotifs négatifs empoisonner ma journée, mes relations, mon travail, ma vie en famille, la réunion à laquelle j'ai pris part, etc.
- Pour mes silences, complicités faces aux injustices, au mal.

Me tourner vers le futur

- Penser déjà aux activités du lendemain, à la journée de demain.
- M'engager à corriger une maladresse, une mauvaise parole dite la veille, etc.
- Que faire pour corriger une mauvaise relation, une mauvaise situation dont je suis l'auteur ?
- Comment réparer une situation injuste autour de moi ?
- Comment être plus efficace, plus productif dans mon travail, mes études, etc ?

Conclure la prière du soir

- Par un chant,
- une prière à Marie (pour ceux qui ont une dévotion mariale),
- Un Notre Père,
- Ou toute autre prière de votre choix (un psaume, une prière récitée, etc).

Indications pour l'oraison et l'examen de conscience

Du Lundi 24 Mars au Dimanche 30 Mars 2025

Lundi 24 mars

Oraison

♦ Parole de Dieu

Première lecture : 2 R 5, 1-15a

Lecture du deuxième livre des Rois

En ces jours- là,
Naaman, général de l'armée du roi d'Aram,
était un homme de grande valeur et haute-
ment estimé par son maître,
car c'est par lui que le Seigneur avait donné
la victoire
au royaume d'Aram.

Or, ce vaillant guerrier était lépreux.
Des Araméens, au cours d'une expédition en
terre d'Israël,
avaient fait prisonnière une fillette
qui fut mise au service de la femme de Naaman.

Elle dit à sa maîtresse :

« Ah ! si mon maître s'adressait
au prophète qui est à Samarie,
celui-ci le délivrerait de sa lèpre. »

Naaman alla auprès du roi et lui dit :

« Voilà ce que la jeune fille d'Israël a déclaré.
»

Le roi d'Aram lui répondit :

« Va, mets-toi en route.

J'envoie une lettre au roi d'Israël. »

Naaman partit donc ;

il emportait dix lingots d'argent, six mille
pièces d'or

et dix vêtements de fête.

Il remit la lettre au roi d'Israël. Celle-ci portait :

« En même temps que te parvient cette lettre,

je t'envoie Naaman mon serviteur,
pour que tu le délivres de sa lèpre. »
Quand le roi d'Israël lut ce message,
il déchira ses vêtements et s'écria :
« Est-ce que je suis Dieu,
maître de la vie et de la mort ?
Ce roi m'envoie un homme
pour que je le délivre de sa lèpre !
Vous le voyez bien : c'est une provocation ! »
Quand Élisée, l'homme de Dieu,
apprit que le roi d'Israël avait déchiré ses vêtements,
il lui fit dire :
« Pourquoi as- tu déchiré tes vêtements ?
Que cet homme vienne à moi,
et il saura qu'il y a un prophète en Israël. »

Naaman arriva avec ses chevaux et son char,
et s'arrêta à la porte de la maison d'Élisée.
Élisée envoya un messenger lui dire :
« Va te baigner sept fois dans le Jourdain,
et ta chair redeviendra nette, tu seras purifié.
»

Naaman se mit en colère et s'éloigna en disant :

« Je m'étais dit :

Sûrement il va sortir,
et se tenir debout

pour invoquer le nom du Seigneur son Dieu ;
puis il agitera sa main au-dessus de l'endroit
malade

et guérira ma lèpre.

Est-ce que les fleuves de Damas,
l'Abana et le Parpar,

ne valent pas mieux que toutes les eaux d'Israël ?

Si je m'y baignais,

est-ce que je ne serais pas purifié ? »

Il tourna bride et partit en colère.

Mais ses serviteurs s'approchèrent pour lui dire :

« Père ! Si le prophète t'avait ordonné quelque

chose de difficile,
tu l'aurais fait, n'est-ce pas ?
Combien plus, lorsqu'il te dit :
"Baigne-toi, et tu seras purifié." »
Il descendit jusqu'au Jourdain et s'y plongea
sept fois,
pour obéir à la parole de l'homme de Dieu ;
alors sa chair redevint semblable à celle d'un
petit enfant :
il était purifié !
Il retourna chez l'homme de Dieu avec toute
son escorte ;
il entra, se présenta devant lui et déclara :
« Désormais, je le sais :
il n'y a pas d'autre Dieu, sur toute la terre,
que celui d'Israël ! »

– Parole du Seigneur.

♦ La grâce à demander

Seigneur, aide-moi à dépasser mon orgueil
et mes préjugés, et à accepter de suivre tes
instructions, même si elles ne correspondent
pas à mes attentes. Amen.

♦ Les points de méditation

Point 1 : "Il était purifié !"

Naaman, un homme puissant et respecté, a
d'abord rejeté la solution simple que le pro-
phète Élisée lui proposait. Mais après avoir
humblement obéi, il a expérimenté une gué-
rison miraculeuse. Parfois, Dieu nous invite
à la simplicité, et il peut être difficile de l'ac-
cepter lorsque nos attentes sont différentes.
Cependant, la vraie guérison vient de l'hu-
milité et de la foi.

Questions pour la réflexion personnelle :

• Suis-je parfois comme Naaman, prêt à reje-
ter ce qui me semble trop simple ou contraire
à mes attentes ?

• Comment puis-je cultiver plus d'humilité et
de foi dans ma propre vie pour accepter ce
que Dieu me propose, même si cela dépasse
mes idées ?

Point 2 : "Va te baigner sept fois dans le
Jourdain"

Le prophète Élisée donne une solution
simple mais puissante. Dieu ne cherche pas
toujours des actions compliquées pour gué-
rir nos vies. Parfois, ce qui est nécessaire, c'est
simplement l'obéissance à ses ordres. L'eau du
Jourdain, tout comme la foi simple en Dieu, a
le pouvoir de purifier et de restaurer.

Questions pour la réflexion personnelle :

• Y a-t-il des choses simples dans ma vie
chrétienne que je néglige ou rejette, pensant
qu'elles ne suffisent pas pour ma guérison
spirituelle ?
• Comment puis-je répondre plus pleinement
aux appels simples mais puissants de Dieu ?

Point 3 : "Il n'y a pas d'autre Dieu que celui
d'Israël !"

Naaman, après sa guérison, reconnaît la sou-
veraineté de Dieu. Sa conversion est le fruit
de la guérison physique, mais aussi d'une
profonde transformation intérieure. De la
même manière, lorsque Dieu agit dans notre
vie, cela doit aller au-delà de la guérison ex-
térieure. Il doit transformer notre cœur et
notre foi.

Questions pour la réflexion personnelle :

• Ai-je pleinement reconnu la souveraineté
de Dieu dans ma vie, au-delà de ce qu'il fait
pour moi ?
• Comment puis-je laisser Dieu transformer
ma vie de manière plus profonde, au-delà de
mes attentes matérielles ou superficielles ?

Colloque

Seigneur,

Tu sais que je lutte parfois pour accepter ta volonté, surtout quand elle ne correspond pas à ce que j'imaginai. Mais aujourd'hui, je veux te demander la grâce d'avoir un cœur humble et ouvert. Aide-moi à obéir à tes appels simples, même quand ils me semblent déroutants. Et surtout, Seigneur, purifie-moi intérieurement, pour que je reconnaisse ta grandeur et ta puissance en toutes choses. Amen.

Pour vivre concrètement cette Parole

1. Exercice de simplicité :

Choisis une petite action spirituelle simple cette semaine (par exemple, une prière courte, une méditation quotidienne) et engage-toi à la faire chaque jour. Ne cherche pas la complexité, mais la simplicité dans ta relation avec Dieu.

2. Exercice d'humilité :

Identifie un domaine de ta vie où tu résistes à suivre une instruction simple que Dieu pourrait te donner. Prends du temps pour réfléchir et fais le pas d'obéissance, même si cela te semble difficile ou trop simple.

3. Exercice de gratitude :

Prends un moment chaque jour pour remercier Dieu pour les petites guérisons et bénédictions qu'il t'accorde. Reconnaît ces actes de grâce comme une opportunité de renforcer ta foi et de reconnaître sa souveraineté dans ta vie.

Relecture de la journée

Faire la relecture selon la méthode indiquée dans le guide aux pages 4 et 5

Me poser en fin de journée et me rendre présent à Jésus.

Repasser en revue les moments importants de cette journée. Voir là où j'ai des raisons de rendre grâce ou de demander pardon. Examiner surtout quelle a été la qualité de ma prière. Comment ai-je dans la rencontre avec le frère, la sœur écouté Dieu qui me parlait ?

- Merci pour les grâces reçues, l'attention reçue ou accordée ;
- Pardon pour ce qui a été moins bien ;
- S'il te plaît, Seigneur, sois avec moi demain dans tout ce que j'entreprendrai demain afin que je sois en phase avec ta volonté.

Mardi 25 Mars

Oraison

♦ Parole de Dieu

Evangile : Lc 1, 26-38

Évangile de Jésus Christ selon saint Luc

En ce temps-là,

l'ange Gabriel fut envoyé par Dieu dans une ville de Galilée, appelée Nazareth, à une jeune fille vierge, accordée en mariage à un homme de la maison de David, appelé Joseph ; et le nom de la jeune fille était Marie.

L'ange entra chez elle et dit :
« Je te salue, Comblée-de-grâce, le Seigneur est avec toi. »

À cette parole, elle fut toute bouleversée, et elle se demandait ce que pouvait signifier cette salutation.

L'ange lui dit alors :
« Sois sans crainte, Marie, car tu as trouvé grâce auprès de Dieu.

Voici que tu vas concevoir et enfanter un fils ; tu lui donneras le nom de Jésus.

Il sera grand, il sera appelé Fils du Très-Haut ; le Seigneur Dieu lui donnera le trône de David son père ; il régnera pour toujours sur la maison de Jacob, et son règne n'aura pas de fin. »

Marie dit à l'ange :
« Comment cela va-t-il se faire, puisque je ne connais pas d'homme ? »

L'ange lui répondit :
« L'Esprit Saint viendra sur toi,

et la puissance du Très-Haut te prendra sous son ombre ; c'est pourquoi celui qui va naître sera saint, il sera appelé Fils de Dieu.

Or voici que, dans sa vieillesse, Élisabeth, ta parente, a conçu, elle aussi, un fils et en est à son sixième mois, alors qu'on l'appelait la femme stérile.

Car rien n'est impossible à Dieu. »

Marie dit alors :

« Voici la servante du Seigneur ; que tout m'advienne selon ta parole. »
Alors l'ange la quitta.

– Acclamons la Parole de Dieu.

♦ La grâce à demander

Seigneur, que ton Esprit Saint me guide et me fortifie, pour que je puisse être disponible à tes appels, même quand je ne comprends pas pleinement ce que tu demandes. Amen.

♦ Les points de méditation

Point 1 : *"Voici que tu vas concevoir et enfanter un fils"*

L'Annonciation est un moment unique où Marie reçoit l'appel de Dieu de façon directe et surprenante. L'ange lui annonce qu'elle portera en elle le Sauveur du monde. C'est un acte de foi profond, un accueil total de la part de Marie. Dans ce moment, le Christ se fait chair en elle. Tout comme Marie, nous sommes appelés à accueillir Dieu dans nos vies, à recevoir Jésus dans nos cœurs, à le porter à chaque instant. Cela demande de la confiance et de l'abandon.

Questions pour la réflexion personnelle :

- Suis-je prêt à accueillir Jésus pleinement

dans ma vie, comme Marie l'a fait ?

- Comment puis-je porter le Christ à travers mes actions quotidiennes ?

Point 2: "L'Esprit Saint viendra sur toi"

L'Esprit Saint joue un rôle central dans l'Annonciation : c'est par sa puissance que Marie concevra le Fils de Dieu. Cette conception miraculeuse nous rappelle que l'Esprit Saint nous permet de vivre la volonté de Dieu, de recevoir et de réaliser des grâces divines au-delà de nos forces humaines. Ce même Esprit est celui qui nous transforme, nous aide à grandir dans la foi et à vivre selon le plan de Dieu.

Questions pour la réflexion personnelle :

- Suis-je sensible à l'action de l'Esprit Saint dans ma vie ?
- Comment puis-je inviter l'Esprit Saint à m'aider dans ma vie quotidienne, pour qu'il me guide vers la volonté de Dieu ?

Point 3 : "Que tout m'advienne selon ta parole"

Marie, malgré ses interrogations naturelles, accepte avec confiance la volonté de Dieu. Elle ne comprend pas tout, mais elle fait un acte de foi total. Elle est l'exemple par excellence de l'abandon à Dieu. Pendant le Carême, nous sommes invités à réfléchir à la façon dont nous disons « oui » à Dieu dans nos vies. Acceptons-nous ses appels même quand ils sont déstabilisants ?

Questions pour la réflexion personnelle :

- Ai-je tendance à résister aux appels de Dieu, ou suis-je prêt à dire « oui » même sans comprendre pleinement ?
- Comment puis-je mieux m'abandonner à la volonté de Dieu, en particulier pendant ce

Carême ?

Colloque

Seigneur,

Comme Marie, je veux m'abandonner à toi et accueillir ta volonté. Je reconnais que parfois, je suis réticent à accepter tes appels, car ils me demandent de sortir de ma zone de confort. Donne-moi la grâce de te dire « oui » avec confiance, comme Marie. Que je puisse, à travers ma vie, donner naissance à ton amour et à ta paix dans ce monde. Amen.

Pour vivre concrètement cette Parole

1. Exercice de l'abandon :

Durant cette période de Carême, prends un moment chaque jour pour réfléchir à un domaine de ta vie où tu résistes à la volonté de Dieu. Prie et demande-lui la grâce de t'abandonner pleinement à sa direction.

2. Exercice de prière :

Consacre un temps chaque jour à la prière en invoquant l'Esprit Saint pour qu'il t'aide à discerner la volonté de Dieu et qu'il te guide à vivre en accord avec cette volonté.

3. Exercice de service :

Cherche une manière concrète d'aider quelqu'un autour de toi en ce temps de Carême. Que ce soit un acte de charité, d'écoute ou de soutien, fais-le dans l'esprit de servir Dieu, comme Marie a servi la volonté du Père.

Relecture de la journée

Faire la relecture selon la méthode indiquée dans le guide aux pages 4 et 5

Me poser en fin de journée et me rendre présent à Jésus.

Repasser en revue les moments importants de cette journée. Voir là où j'ai des raisons de rendre grâce ou de demander pardon.

Mercredi 26 Mars

Oraison

Examiner surtout quelle a été la qualité de ma prière. Comment ai-je dans la rencontre avec le frère, la sœur écouté Dieu qui me parlait ?

- Merci pour les grâces reçues, l'attention reçue ou accordée ;
- Pardon pour ce qui a été moins bien ;
- S'il te plait, Seigneur, sois avec moi demain dans tout ce que j'entreprendrai demain afin que je sois en phase avec ta volonté.

◇ Parole de Dieu

Première lecture : Dt 4, 1.5-9

Lecture du livre du Deutéronome

Moïse disait au peuple :

« Maintenant, Israël, écoute les décrets et les ordonnances

que je vous enseigne pour que vous les mettiez en pratique.

Ainsi vous vivrez, vous entrerez, pour en prendre possession,

dans le pays que vous donne le Seigneur, le Dieu de vos pères.

Voyez, je vous enseigne les décrets et les ordonnances

que le Seigneur mon Dieu m'a donnés pour vous,

afin que vous les mettiez en pratique

dans le pays où vous allez entrer pour en prendre possession.

Vous les garderez, vous les mettrez en pratique ;

ils seront votre sagesse et votre intelligence aux yeux de tous les peuples.

Quand ceux-ci entendront parler de tous ces décrets,

ils s'écrieront :

“Il n'y a pas un peuple sage et intelligent comme cette grande nation !”

Quelle est en effet la grande nation dont les dieux soient aussi proches

que le Seigneur notre Dieu est proche de nous chaque fois que nous l'invoquons ?

Et quelle est la grande nation

dont les décrets et les ordonnances soient aussi justes

que toute cette Loi que je vous donne au-

jourd'hui ?

Mais prends garde à toi :
garde-toi de jamais oublier ce que tes yeux
ont vu ;

ne le laisse pas sortir de ton cœur un seul
jour.

Enseigne-le à tes fils,
et aux fils de tes fils. »

– Parole du Seigneur.

♦ La grâce à demander

Seigneur, donne-moi un cœur docile pour
apprendre ta parole et la mettre en pratique
dans ma vie quotidienne. Amen.

♦ Les points de méditation

Point 1 : *"Vous garderez mes décrets,
vous les mettrez en pratique"*

Dans ce passage, Moïse rappelle au peuple
d'Israël que les décrets et les ordonnances
de Dieu sont non seulement à écouter mais
à vivre activement. Ce n'est pas suffisant de
connaître la loi de Dieu, il faut aussi la mettre
en pratique. De la même manière, pendant ce
Carême, Dieu nous invite à nous engager ac-
tivement à vivre selon ses commandements,
à ne pas laisser sa parole dans l'abstrait, mais
à la faire vivre dans nos actions.

La mise en pratique des décrets de Dieu est
la clé de notre vie chrétienne. C'est en les vi-
vant que nous expérimentons la proximité de
Dieu et sa sagesse.

Questions pour la réflexion personnelle :

- Quels sont les commandements de Dieu
que j'ai du mal à mettre en pratique dans ma
vie quotidienne ?
- Comment puis-je mieux incarner la sagesse
divine à travers mes actions cette semaine ?

Point 2 : *"Ils seront votre sagesse et votre
intelligence aux yeux de tous les peuples"*

Moïse souligne que, par l'obéissance aux
commandements de Dieu, le peuple d'Is-
raël deviendra un modèle de sagesse pour
les autres nations. Aujourd'hui, cette parole
nous invite à réfléchir sur notre propre rôle
en tant que témoins de la foi. En suivant les
enseignements du Christ, nous devenons des
signes visibles de la sagesse et de la justice de
Dieu dans un monde souvent marqué par
l'injustice et l'incertitude.

Lors de ce Carême, nous sommes appelés à
vivre d'une manière qui attire les autres vers
la vérité et la justice du Royaume de Dieu.

Questions pour la réflexion personnelle :

- Comment mes actions quotidiennes
peuvent-elles témoigner de la sagesse de
Dieu ?
- Suis-je prêt à être un exemple de foi et de
justice pour les autres, même lorsque cela
n'est pas facile ?

Point 3 : *"Enseigne-le à tes fils, et aux fils
de tes fils"*

Moïse rappelle que l'enseignement des dé-
crets de Dieu ne s'arrête pas à nous-mêmes,
mais doit être transmis aux générations sui-
vantes. C'est un appel à être des éducateurs
spirituels, non seulement pour nos enfants
mais aussi pour tous ceux que nous rencon-
trons. Le Carême est une période propice
pour méditer sur notre responsabilité de
transmettre la foi. Que ce soit par des mots
ou des actes, nous avons la mission de rendre
Dieu vivant dans le cœur de ceux qui nous
entourent.

Questions pour la réflexion personnelle :

• Comment puis-je transmettre la foi et les enseignements de Dieu à ceux qui me sont proches ?

• Quels gestes concrets puis-je poser, cette semaine, pour être un exemple vivant de la parole de Dieu auprès des autres ?

Colloque

Seigneur,
Tu m'appelles à vivre selon tes décrets et à les transmettre aux autres. Je sais que cela demande un engagement de chaque instant, mais je veux le faire avec ton aide. Donne-moi la force de mettre ta parole en pratique, même lorsque cela semble difficile. Que ma vie soit un témoignage vivant de ta sagesse et de ton amour, et que je sois un témoin fidèle pour les générations futures. Amen.

Pour vivre concrètement cette Parole

1. Exercice de transmission :

Pendant ce Carême, cherche une occasion chaque semaine pour partager un enseignement spirituel avec un enfant, un proche ou un ami. Cela peut être un verset biblique, une prière, ou une simple action qui montre l'amour de Dieu.

2. Exercice de mise en pratique :

Choisis une action concrète que tu peux faire cette semaine pour mettre un des commandements de Dieu en pratique. Que ce soit par un acte de justice, de charité ou de pardon, engage-toi à incarner activement la parole de Dieu.

3. Exercice de réflexion :

Prends un moment chaque jour pour méditer sur un des décrets ou commandements de Dieu. Comment cet enseignement peut-il transformer ta vie aujourd'hui ?

Relecture de la journée

Faire la relecture selon la méthode indiquée dans le guide aux pages 4 et 5.

Me poser en fin de journée et me rendre présent à Jésus.

Repasser en revue les moments importants de cette journée. Voir là où j'ai des raisons de rendre grâce ou de demander pardon.

Examiner surtout quelle a été la qualité de ma prière. Comment ai-je dans la rencontre avec le frère, la sœur écouté Dieu qui me parlait ?

- Merci pour les grâces reçues, l'attention reçue ou accordée ;
- Pardon pour ce qui a été moins bien ;
- S'il te plait, Seigneur, sois avec moi demain dans tout ce que j'entreprendrai demain afin que je sois en phase avec ta volonté.

Jeudi 27 mars

Oraison

◇ Parole de Dieu

Première Lecture : Jr 7, 23-28

Lecture du livre du prophète Jérémie

Ainsi parle le Seigneur :
Voici l'ordre que j'ai donné à vos pères :
« Écoutez ma voix :
je serai votre Dieu,
et vous, vous serez mon peuple ;
vous suivrez tous les chemins que je vous
prescris,
afin que vous soyez heureux. »
Mais ils n'ont pas écouté,
ils n'ont pas prêté l'oreille,
ils ont suivi les mauvais penchants de leur
cœur endurci ;
ils ont tourné leur dos et non leur visage.
Depuis le jour où vos pères sont sortis du
pays d'Égypte
jusqu'à ce jour,
j'ai envoyé vers vous, inlassablement,
tous mes serviteurs les prophètes.
Mais ils ne m'ont pas écouté,
ils n'ont pas prêté l'oreille,
ils ont raidi leur nuque,
ils ont été pires que leurs pères.
Tu leur diras toutes ces paroles,
et ils ne t'écouteront pas.
Tu les appelleras,
et ils ne te répondront pas.
Alors, tu leur diras :
« Voilà bien la nation qui n'a pas écouté
la voix du Seigneur son Dieu,
et n'a pas accepté de leçon !
La vérité s'est perdue,
elle a disparu de leur bouche. »

– Parole du Seigneur.

La grâce à demander

Seigneur, aide-moi à ne pas m'endurcir, mais à me laisser guider par ta vérité, afin de vivre selon tes commandements et trouver la joie en toi. Amen.

◇ Les points de méditation

Point 1 : *"Écoutez ma voix"*

Le Seigneur appelle son peuple à écouter sa voix. C'est un appel à l'obéissance et à la relation intime avec Dieu, qui nous guide vers le bonheur. L'écoute de Dieu n'est pas passive, elle implique un engagement actif à suivre ses instructions et à vivre selon sa volonté. Cependant, l'histoire du peuple d'Israël nous montre combien il est difficile de rester attentif à sa voix.

Questions pour la réflexion personnelle :

- Suis-je vraiment attentif à la voix de Dieu dans ma vie, ou suis-je souvent distrait par mes propres désirs et préoccupations ?
- Quels sont les obstacles qui m'empêchent d'écouter pleinement Dieu ?

Point 2 : *"Ils ont suivi les mauvais penchants de leur cœur"*

Les prophètes ont été envoyés pour guider le peuple, mais celui-ci a choisi de suivre ses propres désirs plutôt que la voie de Dieu. La désobéissance ne réside pas seulement dans des actions externes, mais dans le fait de suivre nos inclinations et désirs personnels au lieu de rester ouverts à la volonté divine. Nous devons être vigilants face à notre tendance à succomber aux appels de notre cœur endurci.

Questions pour la réflexion personnelle :

- Quels sont les "mauvais penchants" qui m'éloignent parfois de la volonté de Dieu ?
- Comment puis-je discerner si je suis en train de suivre mes propres désirs plutôt que de chercher à obéir à Dieu ?

Point 3 : "La vérité s'est perdue"

Jérémie dénonce la perte de la vérité parmi les habitants d'Israël. La vérité de Dieu, révélée par ses prophètes et sa parole, est souvent rejetée ou oubliée. Nous vivons dans un monde où la vérité est parfois déformée, et il est essentiel de nous ancrer dans la vérité de Dieu pour éviter de tomber dans l'illusion.

Questions pour la réflexion personnelle :

- Comment puis-je m'assurer que je cherche la vérité divine, et non celle qui est déformée par les influences extérieures ?
- Dans quel domaine de ma vie ai-je peut-être perdu de vue la vérité de Dieu ?

Colloque

Seigneur,
Je reconnais que, parfois, je m'éloigne de toi, écoutant plus souvent ma propre voix que la tienne. Aide-moi à être plus attentif à ta parole et à suivre tes enseignements, même quand cela me demande des sacrifices. Ne permets pas que mon cœur se durcisse, mais transforme-le pour qu'il puisse recevoir ta vérité et te rendre gloire dans toutes mes actions. Amen.

Pour vivre concrètement cette Parole

1. Exercice d'écoute active :

Prends un moment chaque jour pour prier et écouter la parole de Dieu sans distraction. Note ce que tu ressens ou ce que tu entends

de la part de Dieu, et engage-toi à mettre en pratique ce que tu reçois.

2. Exercice de discernement :

Identifie une situation dans ta vie où tu te sens poussé à suivre tes propres désirs plutôt que la volonté de Dieu. Prends le temps de prier sur cette situation et demande à Dieu de te donner la sagesse et la force pour agir selon sa volonté.

3. Exercice de réflexion sur la vérité :

Chaque jour, prends un moment pour réfléchir à la manière dont la vérité de Dieu éclaire ta vie. Prends note des moments où tu es confronté à des mensonges ou à des illusions, et prie pour être fort dans ta foi en la vérité divine.

Relecture de la journée

Faire la relecture selon la méthode indiquée dans le guide aux pages 4 et 5

Me poser en fin de journée et me rendre présent à Jésus.

Repasser en revue les moments importants de cette journée. Voir là où j'ai des raisons de rendre grâce ou de demander pardon.

Examiner surtout quelle a été la qualité de ma prière. Comment ai-je dans la rencontre avec le frère, la sœur écouté Dieu qui me parlait ?

- Merci pour les grâces reçues, l'attention reçue ou accordée ;
- Pardon pour ce qui a été moins bien ;
- S'il te plait, Seigneur, sois avec moi demain dans tout ce que j'entreprendrai demain afin que je sois en phase avec ta volonté.

Vendredi 28 mars

Oraison

◇ Parole de Dieu

Première Lecture : Os 14, 2-10

Lecture du livre du prophète Osée

Ainsi parle le Seigneur :
Reviens, Israël, au Seigneur ton Dieu ;
car tu t'es effondré par suite de tes fautes.
Revenez au Seigneur
en lui présentant ces paroles :
« Enlève toutes les fautes, et accepte ce qui est bon.
Au lieu de taureaux, nous t'offrons en sacrifice
les paroles de nos lèvres.
Puisque les Assyriens ne peuvent pas nous sauver,
nous ne monterons plus sur des chevaux,
et nous ne dirons plus à l'ouvrage de nos mains :
"Tu es notre Dieu",
car de toi seul l'orphelin reçoit de la tendresse.
»

Voici la réponse du Seigneur :
Je les guérirai de leur infidélité,
je les aimerai d'un amour gratuit,
car ma colère s'est détournée d'Israël.
Je serai pour Israël comme la rosée,
il fleurira comme le lis,
il étendra ses racines comme les arbres du Liban.
Ses jeunes pousses vont grandir,
sa parure sera comme celle de l'olivier,
son parfum, comme celui de la forêt du Liban.
Ils reviendront s'asseoir à son ombre,
ils feront revivre le froment,

ils fleuriront comme la vigne,
ils seront renommés comme le vin du Liban.
Éphraïm ! Peux-tu me confondre avec les idoles ?

C'est moi qui te réponds et qui te regarde.
Je suis comme le cyprès toujours vert,
c'est moi qui te donne ton fruit.

Qui donc est assez sage
pour comprendre ces choses,
assez pénétrant pour les saisir ?
Oui, les chemins du Seigneur sont droits :
les justes y avancent,
mais les pécheurs y trébuchent.

– Parole du Seigneur.

La grâce à demander

Seigneur, je te demande la grâce de revenir vers toi de tout mon cœur, de me détourner de mes fautes et de te donner mes paroles et mon amour sincère. Amen.

◇ Les points de méditation

Point 1 : "Reviens, Israël, au Seigneur ton Dieu"

Le Seigneur appelle son peuple à revenir à Lui, après des erreurs et des égarements. L'invitation est claire : revenir au Seigneur avec des paroles sincères de repentance. Ce retour n'est pas un simple geste extérieur, mais une transformation intérieure. En ce temps de Carême, nous sommes appelés à réfléchir à nos propres égarements et à revenir à Dieu, en lui offrant non pas des sacrifices matériels, mais la sincérité de nos cœurs.

Questions pour la réflexion personnelle :

• Quelles sont les choses dans ma vie qui m'éloignent de Dieu ?

• Comment puis-je offrir un cœur pur et sincère à Dieu, plutôt que des sacrifices extérieurs ?

Point 2 : *"Je les guérirai de leur infidélité, je les aimerai d'un amour gratuit"*

Le Seigneur se fait proche de son peuple avec un amour gratuit, guérissant l'infidélité et détournant sa colère. Cette promesse est une source d'espoir et de consolation, particulièrement dans ce Carême. L'amour gratuit de Dieu nous invite à la conversion et à la guérison intérieure. Nous ne sommes jamais trop perdus pour Dieu. Il nous accueille toujours avec miséricorde.

Questions pour la réflexion personnelle :

- Comment puis-je accueillir l'amour gratuit de Dieu dans ma vie ?
- Quelles blessures de ma vie ai-je besoin de remettre entre les mains de Dieu pour qu'il me guérisse ?

Point 3: *"Les chemins du Seigneur sont droits"*

Le Seigneur nous invite à suivre ses chemins droits. Pourtant, ce n'est pas toujours facile, et le texte nous montre que les pécheurs trébuchent sur ces chemins. Mais Dieu nous promet qu'Il nous aidera à avancer, comme la rosée fait fleurir le lis. En ce Carême, les chemins du Seigneur sont notre guide vers une vie renouvelée et plus proche de Lui.

Questions pour la réflexion personnelle :

- Quels sont les obstacles qui m'empêchent de suivre les chemins du Seigneur ?
- Comment puis-je faire face à ces obstacles avec la force et la guidance de Dieu ?

Colloque

Seigneur,
Tu m'appelles à revenir à toi, à me détacher de mes fautes et à te donner un cœur pur. Parfois, je trébuches sur ton chemin, mais je sais que tu es toujours là, prêt à me guérir et à me guider. Je te remets mes faiblesses et mes manquements, et je te demande de me remplir de ton amour. Qu'en ce temps de Carême, je puisse me rapprocher de toi et me laisser guider par ta lumière. Amen.

Pour vivre concrètement cette Parole

1. Exercice de conversion :

Pendant ce Carême, choisis un aspect de ta vie où tu as besoin de revenir à Dieu. Prends un moment chaque jour pour réfléchir à cet aspect et prie pour la guérison et la transformation de ton cœur.

2. Exercice de miséricorde :

Regarde autour de toi et trouve une personne à qui tu peux offrir ton pardon, même si cela semble difficile. Que cet acte de miséricorde soit un témoignage de l'amour gratuit que Dieu t'offre.

3. Exercice de méditation sur l'amour gratuit de Dieu :

Chaque jour, médite sur le fait que Dieu t'aime gratuitement, sans condition. Accueille cet amour dans ta prière et laisse-le te transformer.

Relecture de la journée

Faire la relecture selon la méthode indiquée dans le guide aux pages 4 et 5

Me poser en fin de journée et me rendre présent à Jésus.

Repasser en revue les moments importants de cette journée. Voir là où j'ai des raisons de

rendre grâce ou de demander pardon.

Examiner surtout quelle a été la qualité de ma prière. Comment ai-je dans la rencontre avec le frère, la sœur écouté Dieu qui me parlait ?

- Merci pour les grâces reçues, l'attention reçue ou accordée ;
- Pardon pour ce qui a été moins bien ;

S'il te plait, Seigneur, sois avec moi demain dans tout ce que j'entreprendrai demain afin que je sois en phase avec ta volonté.

Samedi 29 Mars

Oraison

◇ Parole de Dieu

Première lecture : Os 6, 1-6

Lecture du livre du prophète Osée

Venez, retournons vers le Seigneur !
il a blessé, mais il nous guérira ;
il a frappé, mais il nous soignera.
Après deux jours, il nous rendra la vie ;
il nous relèvera le troisième jour :
alors, nous vivrons devant sa face.

Efforçons-nous de connaître le Seigneur :
son lever est aussi sûr que l'aurore ;
il nous viendra comme la pluie,
l'ondée qui arrose la terre.
– Que ferai-je de toi, Éphraïm ?
Que ferai-je de toi, Juda ?
Votre fidélité, une brume du matin,
une rosée d'aurore qui s'en va.
Voilà pourquoi j'ai frappé par mes prophètes,
donné la mort par les paroles de ma bouche :
mon jugement jaillit comme la lumière.
Je veux la fidélité, non le sacrifice,
la connaissance de Dieu plus que les holocaustes.

– Parole du Seigneur.

◇ La grâce à demander

Seigneur, je te demande la grâce d'ouvrir mon cœur à ta fidélité et à ta vérité. Apprends-moi à rechercher ta connaissance au-delà de tout sacrifice extérieur et à m'engager dans une relation véritable et sincère avec toi. Amen.

♦ Les points de méditation

Point 1 : *"Venez, retournons vers le Seigneur !"*

Le prophète Osée appelle à un retour vers le Seigneur, soulignant que malgré les souffrances que nous pouvons traverser, Dieu nous guérit et nous relève. Le Carême est un moment privilégié pour ce retour à Dieu, pour reconnaître nos fautes, mais aussi pour expérimenter sa guérison et sa miséricorde infinies.

Questions pour la réflexion personnelle :

- Suis-je prêt à revenir vers le Seigneur, même après des moments où je me suis éloigné de Lui ?
- Quels sont les aspects de ma vie où je ressens le besoin de la guérison de Dieu ?

Point 2 : *"Efforçons-nous de connaître le Seigneur"*

Dieu nous invite à Le connaître profondément. Ce n'est pas seulement une connaissance intellectuelle, mais une relation intime et vivante. Au cœur du Carême, nous sommes appelés à nous efforcer de Le connaître davantage, à travers la prière, la méditation et l'écoute de sa parole.

Questions pour la réflexion personnelle :

- Comment puis-je approfondir ma relation avec Dieu durant ce Carême ?
- Quelles sont les pratiques spirituelles qui me permettent de mieux connaître le Seigneur ?

Point 3 : *"Je veux la fidélité, non le sacrifice"*

Dieu préfère la fidélité à des sacrifices extérieurs. Il désire une relation authentique

et constante avec nous, une relation qui va au-delà des actes extérieurs. La fidélité à Dieu, c'est vivre selon sa volonté, non par obligation, mais par amour.

Questions pour la réflexion personnelle :

- Suis-je fidèle à Dieu dans mes actions quotidiennes ?
- Comment puis-je démontrer ma fidélité à Dieu, en particulier pendant ce temps de Carême ?

Colloque

Seigneur,

Tu désires ma fidélité et ma connaissance plus que tout sacrifice. Aide-moi à revenir vers toi sincèrement, à chercher ta face dans toutes les situations de ma vie. Je veux m'engager avec tout mon cœur à te connaître et à te suivre fidèlement, surtout pendant ce Carême. Que ma vie devienne un reflet de ton amour et de ta fidélité. Amen.

Pour vivre concrètement cette Parole

1. Exercice de fidélité :

Pendant ce Carême, choisis un domaine de ta vie où tu veux être plus fidèle à Dieu (dans la prière, dans ta relation avec les autres, etc.). Consacre chaque jour un moment à cultiver cette fidélité.

2. Exercice de retour vers le Seigneur :

Si tu as des fardeaux ou des péchés non avoués, prends un moment chaque jour pour les confier à Dieu dans la prière, et laisse sa miséricorde te guérir.

2. Exercice de connaissance de Dieu :

Chaque jour, lis un passage de la Bible ou médite sur un texte spirituel, et prends un moment pour réfléchir à ce qu'il te révèle de Dieu. Cherche à connaître davantage Dieu à travers ses paroles et ses actions dans ta vie.

Relecture de la journée

Faire la relecture selon la méthode indiquée dans le guide aux pages 4 et 5.

Me poser en fin de journée et me rendre présent à Jésus.

Repasser en revue les moments importants de cette journée. Voir là où j'ai des raisons de rendre grâce ou de demander pardon.

Examiner surtout quelle a été la qualité de ma prière. Comment ai-je dans la rencontre avec le frère, la sœur écouté Dieu qui me parlait ?

- Merci pour les grâces reçues, l'attention reçue ou accordée ;
 - Pardon pour ce qui a été moins bien ;
- S'il te plaît, Seigneur, sois avec moi demain dans tout ce que j'entreprendrai demain afin que je sois en phase avec ta volonté.

Dimanche 30 Mars

Oraison

◇ Parole de Dieu

Evangile : Lc 15, 1-3.11-32

Évangile de Jésus Christ selon saint Luc

En ce temps-là,

les publicains et les pécheurs venaient tous à Jésus pour l'écouter.

Les pharisiens et les scribes récriminaient contre lui :

« Cet homme fait bon accueil aux pécheurs, et il mange avec eux ! »

Alors Jésus leur dit cette parabole :

« Un homme avait deux fils.

Le plus jeune dit à son père :

'Père, donne-moi la part de fortune qui me revient.'

Et le père leur partagea ses biens.

Peu de jours après,

le plus jeune rassembla tout ce qu'il avait, et partit pour un pays lointain

où il dilapida sa fortune en menant une vie de désordre.

Il avait tout dépensé, quand une grande famine survint dans ce pays,

et il commença à se trouver dans le besoin.

Il alla s'engager auprès d'un habitant de ce pays,

qui l'envoya dans ses champs garder les porcs.

Il aurait bien voulu se remplir le ventre avec les gousses que mangeaient les porcs, mais personne ne lui donnait rien.

Alors il rentra en lui-même et se dit : 'Combien d'ouvriers de mon père ont du pain en abondance,

et moi, ici, je meurs de faim !

Je me lèverai, j'irai vers mon père,
et je lui dirai :

Père, j'ai péché contre le ciel et envers toi.

Je ne suis plus digne d'être appelé ton fils.
'Traite-moi comme l'un de tes ouvriers.'

Il se leva et s'en alla vers son père.
Comme il était encore loin,
son père l'aperçut et fut saisi de compassion ;
il courut se jeter à son cou
et le couvrit de baisers.

Le fils lui dit :
'Père, j'ai péché contre le ciel et envers toi.
Je ne suis plus digne d'être appelé ton fils.'

Mais le père dit à ses serviteurs :
'Vite, apportez le plus beau vêtement pour
l'habiller,
mettez-lui une bague au doigt et des san-
dales aux pieds,

allez chercher le veau gras, tuez-le,
mangeons et festoyons,
car mon fils que voilà était mort,
et il est revenu à la vie ;
il était perdu,
et il est retrouvé.'

Et ils commencèrent à festoyer.

Or le fils aîné était aux champs.
Quand il revint et fut près de la maison,
il entendit la musique et les danses.

Appelant un des serviteurs,
il s'informa de ce qui se passait.

Celui-ci répondit :
'Ton frère est arrivé,
et ton père a tué le veau gras,
parce qu'il a retrouvé ton frère en bonne
santé.'

Alors le fils aîné se mit en colère,
et il refusait d'entrer.

Son père sortit le supplier.

Mais il répliqua à son père :
'Il y a tant d'années que je suis à ton service
sans avoir jamais transgressé tes ordres,
et jamais tu ne m'as donné un chevreau
pour festoyer avec mes amis.'

Mais, quand ton fils que voilà est revenu
après avoir dévoré ton bien avec des prosti-
tuées,

tu as fait tuer pour lui le veau gras !'

Le père répondit :
'Toi, mon enfant, tu es toujours avec moi,
et tout ce qui est à moi est à toi.'

Il fallait festoyer et se réjouir ;
car ton frère que voilà était mort,
et il est revenu à la vie ;
il était perdu,
et il est retrouvé ! »

– Acclamons la Parole de Dieu.

♦ La grâce à demander

Seigneur, je te demande la grâce de croire en
ta parole avec foi et confiance. Que, comme
le fonctionnaire royal, je puisse te faire
confiance même quand les choses semblent
désespérées. Amen.

♦ Les points de méditation

Point 1 : *"Si vous ne voyez pas de signes
et de prodiges, vous ne croirez donc
pas !"*

Jésus interroge la foi du fonctionnaire royal
et des Galiléens qui ont besoin de signes
pour croire. Cependant, il nous invite à une
foi plus profonde, une foi qui ne dépend pas
des miracles visibles, mais qui repose sur la
confiance en sa parole. La foi véritable est
celle qui croit sans voir, qui se confie pleine-
ment en Dieu même sans preuves tangibles.

Questions pour la réflexion personnelle :

- Ma foi dépend-elle des signes et des pro-
diges, ou est-elle fondée sur la confiance en
la parole de Dieu ?
- Comment puis-je cultiver une foi plus
profonde qui ne cherche pas seulement des

preuves visibles, mais qui se repose sur Dieu ?

Point 2 : *"Va, ton fils est vivant."*

Jésus prononce une parole de guérison, et le fonctionnaire royal choisit de croire en cette parole sans avoir vu le miracle. La puissance de la parole de Jésus se révèle ici : une simple parole suffit pour accomplir des merveilles. Dans nos vies aussi, la parole de Dieu a le pouvoir de guérir, de transformer et de restaurer.

Questions pour la réflexion personnelle :

- Comment puis-je apprendre à faire confiance à la parole de Dieu dans ma propre vie, même quand je ne vois pas immédiatement les résultats ?
- Quels domaines de ma vie ai-je besoin de confier à Dieu en croyant fermement à sa parole ?

Point 3 : *"Il crut, lui, ainsi que tous les gens de sa maison."*

Le fonctionnaire royal et sa famille ont cru grâce au signe que Jésus leur a donné. Leur foi ne s'est pas limitée à une simple guérison, mais elle a été une rencontre transformative avec Jésus. La foi a le pouvoir de toucher et de transformer non seulement ceux qui croient directement, mais aussi ceux qui les entourent.

Questions pour la réflexion personnelle :

- Comment ma foi peut-elle être un témoignage vivant pour ceux qui m'entourent ?
- Comment puis-je être un instrument de foi pour ma famille et mes proches ?

Colloque

Seigneur,
Je crois en ta parole, mais je reconnais que parfois, ma foi est faible et que j'ai besoin de signes pour croire pleinement. Aide-moi à grandir dans la confiance en toi, même quand je ne vois pas immédiatement le fruit de mes prières. Comme le fonctionnaire royal, je mets ma foi en toi, car je sais que tu peux restaurer et guérir. Fais grandir ma foi et fais de moi un témoin vivant de ta puissance et de ton amour. Amen.

Pour vivre concrètement cette Parole

1. Exercice de confiance :

Chaque jour, prends un moment pour confier à Dieu une situation difficile de ta vie, sans chercher de signes ou de miracles immédiats. Remets-la entièrement entre ses mains, en te concentrant uniquement sur ta confiance en lui.

2. Exercice de témoignage :

Recherche une opportunité pour témoigner de la manière dont ta foi t'a guidé à travers une difficulté ou un défi. Partage comment la parole de Dieu a agi dans ta vie, pour encourager d'autres à croire en sa puissance.

3. Exercice de prière de guérison :

Prie chaque jour pour une personne que tu connais qui a besoin de guérison, physique, émotionnelle ou spirituelle. Utilise la parole de Jésus : "Ton fils est vivant" comme prière pour cette personne, et demande à Dieu de lui accorder la guérison et la paix.

Relecture de la journée

Faire la relecture selon la méthode indiquée dans le guide aux pages 4 et 5.

Me poser en fin de journée et me rendre présent à Jésus.

Repasser en revue les moments importants

de cette journée. Voir là où j'ai des raisons de rendre grâce ou de demander pardon.

Examiner surtout quelle a été la qualité de ma prière. Comment ai-je dans la rencontre avec le frère, la sœur écouté Dieu qui me parlait ?

- Merci pour les grâces reçues, l'attention reçue ou accordée ;
- Pardon pour ce qui a été moins bien ;

S'il te plait, Seigneur, sois avec moi demain dans tout ce que j'entreprendrai demain afin que je sois en phase avec ta volonté.