

# Parcours de Carême à vivre dans l'église



seul  
ou  
en famille

Change mon cœur !  
Apprends-moi à aimer...

Le carême, chemin vers Pâques...

La démarche du carême est un cheminement, un pas-à-pas quotidien.

La proposition que voici permet de vivre un temps concret de mise en route symbolique. Le cœur est invité à accompagner la démarche du corps, en un lieu où se rassemble habituellement la communauté, notre famille de croyants.

Il s'agit d'un parcours à travers l'église, à la fois physique et intérieur, pour aider la personne qui le suit à tourner tout son être vers Dieu, de plus en plus...



Bon carême à chacun !

L'équipe du Service de Catéchèse  
du diocèse de Namur

Merci à nos collègues liégeois du vicariat *Annoncer l'Évangile*  
qui nous ont fourni la trame de départ... !

# Principes généraux – préparatifs

Ce parcours a été pensé pour être mis en place dans les églises durant le carême. Pour le Mercredi des Cendres ou le 1<sup>er</sup> dimanche de carême, une proposition est faite pour l'imposition des cendres.

**L'église et les ressources humaines :** ce parcours sous-entend, évidemment, que l'église soit ouverte, avec ou sans permanence de quelqu'un (prêtre, diacre ou laïc) selon les possibilités locales !

Si possible on favorisera un lieu où il est possible d'entrer et sortir par deux portes différentes... Mais la chose n'est pas absolue !

## Les panneaux et le matériel :

- *Les panneaux* ci-dessous (11 pour les adultes et/ou 11 pour les enfants, en fonction des destinataires visés et invités. N'hésitez pas à les adapter à votre convenance, spécialement le panneau d'accueil !) : les imprimer, si possible en A3 pour la lisibilité. Éventuellement, les plastifier. Les accrocher dans l'église, dans l'ordre établi.
  0. Panneau d'accueil : présentation de la démarche et consignes
  1. L'appel du prophète et de l'apôtre
  2. Le feu est mort
  3. Chant - prière
  4. A l'écoute de Jésus (évangile) : partage
  5. A l'écoute de Jésus (évangile) : prière
  6. A l'écoute de Jésus (évangile) : jeûne
  7. Du temps pour approfondir (méditation)
  8. Des mots pour la conversion (psaume)
  9. Un geste pour la conversion (cendres)  
ou Un geste pour la conversion (bougie)
  10. Envoi... Un premier pas.
- *Le parcours* : Baliser clairement l'itinéraire, soit par les flèches, soit en agençant les chaises pour définir le parcours, soit en tendant de station en station un fil rouge (genre ficelle cadeau ou fil de laine) qu'il suffira de suivre.
- *Matériel spécifique* pour quelques stations :
  - ❖ 2<sup>e</sup> station : on pourrait disposer un reste de feu éteint, par exemple dans un brasero genre « barbecue ». À défaut, la photo fera l'affaire.
  - ❖ 7<sup>e</sup> station : prévoir des photocopies du texte à méditer et de l'examen de conscience. Les placer bien séparément sous le panneau.
  - ❖ 9<sup>e</sup> station, deux possibilités :
    - soit un prêtre ou un diacre assure une permanence et impose les cendres quand quelqu'un se présente.<sup>1</sup>
    - soit des petites bougies sont disposées autour d'un cierge allumé près du panneau. Devant l'autel, un beau crucifix est dressé, avec un plateau prêt à accueillir les bougies allumées.

---

<sup>1</sup> Le ministre s'est désinfecté les mains ; il est masqué. Les consignes romaines précisent : « Le prêtre prend les cendres et les laisse tomber sur la tête de chacun, sans rien dire. »

## Panneau d'accueil Bienvenue !

Soyez les bienvenus dans cette église, en ce carême.

D'habitude la communauté chrétienne se rassemble, nombreuse, pour prier et célébrer notre Dieu qui invite chacun à « changer ». Ce n'est, hélas, pas possible en ce temps de pandémie.

Alors nous vous proposons, si le cœur vous en dit, de passer un peu de temps (ou beaucoup si tel est votre bon plaisir !) à réfléchir et à prier pour vous mettre en chemin de carême.

*À garder ou supprimer en fonction des choix locaux...* [Au terme du parcours, vous aurez l'occasion de vivre le geste des cendres, un geste fort qui signifie notre désir de conversion.]

Dans l'église, un itinéraire a été tracé, suivez-le doucement, à votre rythme. Arrêtez-vous si vous le désirez devant telle ou telle station qui vous interpelle ; avancez quand ça vous chante. Pour des raisons sanitaires, évitez simplement les attroupements devant un panneau.

Commencez par vous désinfecter les mains et n'oubliez pas :

Bonne route !

Bonne entrée en carême



## Première station

### L'appel du prophète et de l'apôtre

#### *Écoute l'appel du prophète*

Du Livre du prophète Joël

Maintenant - Parole du Seigneur - revenez à moi de tout votre cœur, dans le jeûne, les larmes et le deuil ! Déchirez vos cœurs et non pas vos vêtements, et revenez au Seigneur votre Dieu, car il est tendre et miséricordieux, lent à la colère et plein d'amour, renonçant au châtiment.

#### *Et celui de l'apôtre*

De la lettre de Paul aux chrétiens de Corinthe

Frères, nous sommes les ambassadeurs du Christ, et par nous c'est Dieu lui-même qui lance un appel : nous le demandons au nom du Christ, laissez-vous réconcilier avec Dieu.

*Cet appel résonne en nos cœurs en ce début de carême.*

*Comment ces mots trouvent-ils écho en toi ?*

## 1<sup>e</sup> station - Pour les enfants



*Un texte à lire...*

*Reviens vers le Seigneur ton Dieu,  
car il est tendre et il se laisse toucher.  
Il ne se met pas vite en colère  
et déborde d'amour.*

(d'après le prophète Joël)



*Que me dit ce texte ?*

Répète avec tes mots ce que dit ce texte.

Est-ce que ces mots touchent ton cœur ?

Qu'est-ce qu'ils provoquent en toi ?

## Deuxième station Le feu est mort

*Regarde le feu ci-dessous*



Le feu est mort... Et ce feu éteint, ces cendres sont peut-être l'image de nos vies : quelque chose s'est éteint en nous... Un certain enthousiasme, une certaine foi, une certaine espérance. La vie parfois nous fane, nous flétrit, nous étouffe et, parfois, même l'amour en nous est en péril. Voici le temps du carême... Le temps des cendres qui veulent redevenir braise, le temps des tièdes qui veulent retrouver le feu sacré.

*Et toi que dis-tu ?*

*Quel feu brûle en toi ? Quel feu s'est éteint en toi ?*

*Prends le temps pour t'interroger...*

## 2<sup>e</sup> station - Pour les enfants



*Observe...*



*Interroge ton cœur*

À quel feu aimerais-tu qu'il ressemble ?

Au feu éteint, mort ?

Ou au feu brûlant, qui offre lumière et chaleur à tous ?

## Troisième station

### Chant - prière

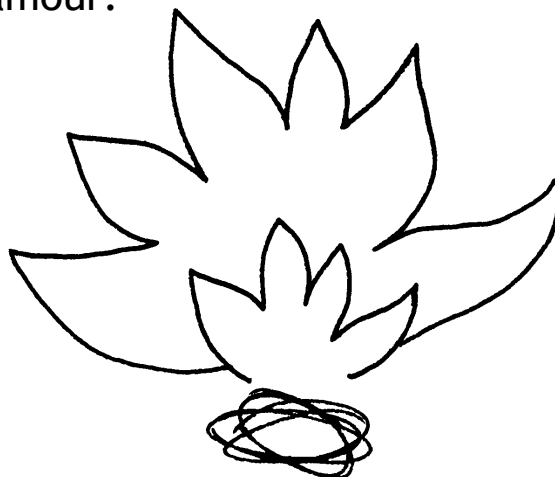


*Chante, chantonne ou médite  
un des chants suivants*

♪ Dans nos obscurités,  
allume le feu qui ne s'éteint jamais, qui ne s'éteint  
jamais.  
Dans nos obscurités,  
allume le feu qui ne s'éteint jamais, qui ne s'éteint  
jamais.

♪ Ne laissons pas mourir la terre,  
Ne laissons pas mourir le feu.  
Tendons nos mains vers la lumière  
Pour accueillir le don de Dieu,  
Pour accueillir le don de Dieu.

♪ Jésus le Christ, lumière intérieure,  
ne laisse pas mes ténèbres me parler,  
Jésus le Christ, lumière intérieure,  
donne-moi d'accueillir ton amour.





## 3<sup>e</sup> station - Pour les enfants



*Un texte à chanter (ou à lire)...  
puis à prier*

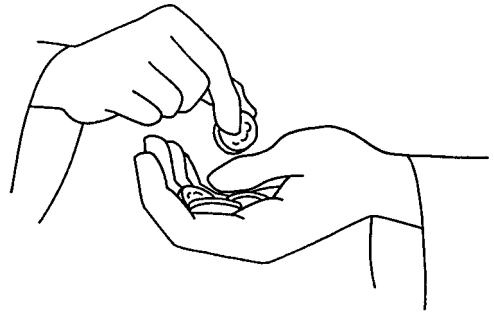
*Jésus, me voici devant toi  
Tout simplement dans le silence  
Rien n'est plus important pour moi  
Que d'habiter en ta Présence*



## Quatrième station À l'écoute de Jésus - partage

### Écoute la Parole de Jésus (Mt 6, 2-4)

*Quand tu fais l'aumône, ne fais pas sonner la trompette devant toi, comme les hypocrites qui se donnent en spectacle dans les synagogues et dans les rues, pour obtenir la gloire qui vient des hommes. Amen, je vous le déclare : ceux-là ont reçu leur récompense.*



*Mais toi, quand tu fais l'aumône, que ta main gauche ignore ce que fait ta main droite, afin que ton aumône reste dans le secret ; ton Père qui voit dans le secret te le rendra.*

### Prends le temps de t'interroger

Et toi, que dis-tu ?

Quelle place fais-tu à l'autre dans ta vie ?

Le partage auquel nous invite Jésus ne signifie pas uniquement des sous, du « matériel » !

Partager, c'est aussi aimer, rencontrer, soutenir...

De quels partages es-tu capable ? Et quels sont ceux auxquels tu te refuses ?

Sais-tu écouter ? Acceptes-tu l'autre avec sa différence ?

Peux-tu pardonner ? Es-tu touché par ce qui arrive à d'autres autour de toi ou ton cœur reste-t-il imperméable à la souffrance, à la misère, à la peine de tes frères ?

Qu'est-ce qui domine en toi : égoïsme ou générosité ?

cendres d'intolérance ou flamme de tendresse ?

ténèbres de péché ou lumière d'Évangile ?

## 4<sup>e</sup> station - Pour les enfants



*Un texte à lire...*

*Quand tu offres quelque chose à quelqu'un,  
ne le dis pas à tout le monde,  
que ce geste reste dans le secret.  
Ton Père du ciel, lui, l'a vu...*

(d'après saint Matthieu)



*Que me dit ce texte ?*

Répète avec tes mots ce que dit ce texte.

« Offrir quelque chose à quelqu'un »,  
qu'est-ce que cela signifie ?

Que pourrais-tu offrir ?  
Uniquement des objets ?

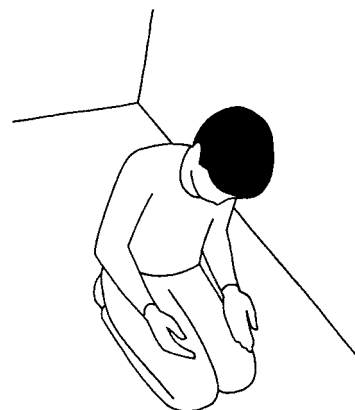
À qui pourrais-tu offrir « quelque chose » ?  
Et à celui que tu aimes moins ?

## Cinquième station À l'écoute de Jésus - prière

### Écoute la Parole de Jésus (Mt 6, 5-8)

*Quand vous priez, ne soyez pas comme les hypocrites : ils aiment à se tenir debout dans les synagogues et aux carrefours pour bien se montrer aux hommes quand ils prient. Amen, je vous le déclare : ceux-là ont reçu leur récompense.*

*Mais toi, quand tu pries, retire-toi dans ta pièce la plus retirée, ferme la porte, et prie ton Père qui est présent dans le secret ; ton Père qui voit dans le secret te le rendra.*



### Prends le temps de t'interroger

Et toi, que dis-tu ?

Quelle place fais-tu à Dieu dans ta vie ?

Car la prière à laquelle nous invite Jésus, ce n'est pas que des mots ou des messes !

Prier, c'est miser sa vie sur Dieu, c'est se lier à lui.

Dieu est-il un ami que tu découvres souvent sur ton chemin parce qu'il accompagne chacun de tes pas ?

Et sa Parole, tu l'écoutes ? T'efforces-tu de la mettre en pratique ? Guide-t-elle tes pas ? Eclaire-t-elle ta vie ?

Et le rendez-vous de l'eucharistie ? Tu en fais quoi ? Quand il t'invite à sa table pour nourrir ton cœur de son amour...

Qu'est-ce qui domine en toi : doute ou confiance ?

cendres d'indifférence ou flamme d'espérance ?

ténèbres de péché ou lumière d'Évangile ?

## 5<sup>e</sup> station - Pour les enfants



*Un texte à lire...*

*Quand tu pries, va dans un endroit  
où tu es tout seul et ferme la porte.  
C'est là, dans le silence, que tu trouveras  
ton Père du ciel. Lui, il le sait...*

*(d'après saint Matthieu)*



*Que me dit ce texte ?*

Répète avec tes mots ce que dit ce texte.

Est-ce que tu pries Dieu dans le silence,  
parfois ?

Et si tu t'asseyais quelques minutes...

Tu peux lui dire tout ce que tu as sur le cœur...  
Tu peux lui dire que tu aimerais  
qu'il ait une belle place dans ta vie...

## Sixième station À l'écoute de Jésus - jeûne

### Écoute la Parole de Jésus (Mt 6, 16-18)

*Quand vous jeûnez, ne prenez pas un air abattu, comme les hypocrites : ils prennent une mine défaite pour bien montrer aux hommes qu'ils jeûnent. Amen, je vous le déclare : ceux-là ont reçu leur récompense. Mais toi, quand tu jeûnes, parfume-toi la tête et lave-toi le visage ; ainsi, ton jeûne ne sera pas connu des hommes, mais seulement de ton Père qui est présent au plus secret ; ton Père qui voit au plus secret te le rendra. »*



### Prends le temps de t'interroger

Et toi, que dis-tu ?

Qu'est-ce qui encombre ton cœur et ta vie ? Quel est ton superflu qui te détourne de l'essentiel ? Que quoi devrais-tu jeûner ? De quelle passion es-tu l'esclave ? la télé ? le jeu ? l'alcool ? la sexualité ? le pouvoir ? l'argent ?

Entends-tu l'appel de l'Évangile à marcher d'un cœur libre et léger ?

Par quel désert dois-tu passer pour renaître à la vérité, à la liberté, au bonheur et à la paix ?

As-tu faim de Dieu ? de sa Parole ? de son eucharistie ? ou es-tu trop comblé pour lui laisser de la place ?

Qu'est-ce qui domine en toi : orgueil ou humilité ?

cendres d'asservissement ou flamme de liberté ?

ténèbres de péché ou lumière d'Évangile ?

## 6<sup>e</sup> station - Pour les enfants



*Un texte à lire...*

*Quand tu choisis de ne pas faire quelque chose  
qui te plaît,  
ne montre pas à tout le monde que tu as fait  
cet effort,  
que ce geste reste dans le secret.  
Ton Père du ciel, lui, l'a vu...*

(d'après saint Matthieu)



*Que me dit ce texte ?*

As-tu bien compris ce texte difficile ?

Il te propose, dans ta vie, de faire plus de place à l'amour... Que l'amour prenne la place de...

... la gourmandise (tu peux offrir la friandise à quelqu'un...)

... la télé (tu peux rendre un service à la place...)

... quelques minutes de jeu (tu peux prier Dieu...)

Est-ce que ces mots touchent ton cœur ?

L'amour pourrait prendre la place de quoi, dans ta vie ?

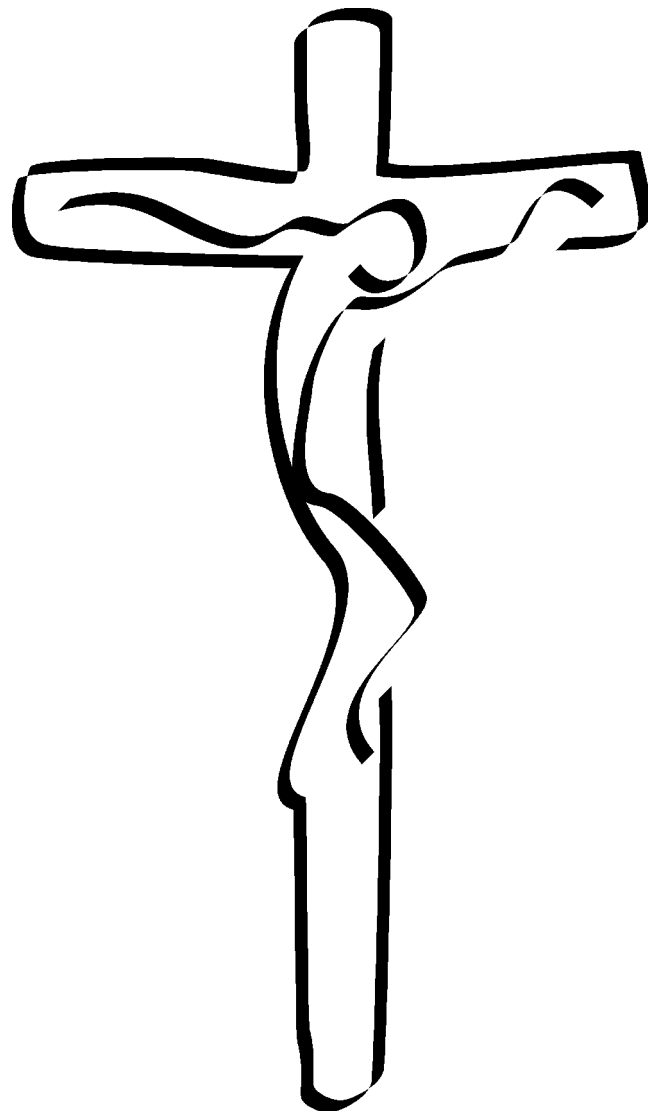
## Septième station

### Du temps pour approfondir

*Prends un papier ci-dessous ; va t'asseoir quelque part, isolé, seul avec toi-même, seul avec Lui.*

*Autour de toi dans l'église, cherche des yeux un crucifix... Regarde-le un peu longuement... Laisse-Le te regarder...*

*Prends le temps de creuser, de penser, de méditer, de prier...*





## 7<sup>e</sup> station - Pour les enfants



*Regarde cette croix de Jésus...*



“Jésus t’aime,  
il a donné sa vie pour te sauver,  
et maintenant il est vivant  
à tes côtés chaque jour  
pour t’éclairer, pour te  
fortifier, pour te libérer”.

(Pape François, *La joie de l’Évangile*)



*Interroge ton cœur*

Comment réagis-tu en regardant cette croix ?  
Et en lisant le petit texte qui résume ce que  
croient tous les chrétiens ?

Tu sais que Jésus t’aime ? qu’il est toujours  
avec toi ?  
Ferme les yeux et laisse parler ton cœur...

## Huitième station

### Des mots pour la conversion

*Voici des mots que t'offre le psalmiste pour prier.*

*Lis une fois cette belle prière, puis laisse résonner en toi les phrases qui te touchent le plus.*

Pitié pour moi, mon Dieu, dans ton amour,  
selon ta grande miséricorde, efface mon péché.  
Lave-moi tout entier de ma faute,  
purifie-moi de mon offense.

Oui, je connais mon péché,  
ma faute est toujours devant moi.  
Contre toi, et toi seul, j'ai péché,  
ce qui est mal à tes yeux, je l'ai fait.

Crée en moi un cœur pur, ô mon Dieu,  
renouvelle et raffermis au fond de moi mon  
esprit.  
Ne me chasse pas loin de ta face,  
ne me reprends pas ton Esprit Saint.

Rends-moi la joie d'être sauvé ;  
que l'esprit généreux me soutienne.  
Seigneur, ouvre mes lèvres,  
et ma bouche annoncera ta louange.

*Puis, dis lentement :*

Notre Père qui es aux cieux...

## 8<sup>e</sup> station - Pour les enfants



*Un moment pour prier*

Connais-tu ce refrain ?

***Seigneur, prends pitié***

Après chaque phrase, chante-le, ou dis-le de tout ton cœur...

1. *Jésus, merci de m'aimer,  
même lorsque je t'oublie...*
2. *Jésus, merci de m'aimer  
même quand je fais du mal...*
3. *Jésus, merci de m'aimer  
et de m'aider à choisir ce qui est bien !*
4. *Jésus, merci de m'aimer !  
Je veux annoncer ton Amour  
à tous ceux qui m'entourent :  
apprends-moi !*

## Neuvième station

### Un geste pour la conversion - cendres

*Face aux Cendres qui marqueront ton désir de conversion, arrête-toi quelque peu et entends l'appel que le Christ t'adresse :*

Convertis-toi  
et crois à la Bonne Nouvelle

*Prie, par exemple avec ces mots*

Tu m'as confié, Seigneur, l'amour et le don,  
Tu m'as confié la paix et le pardon  
Tu m'as confié la lutte et le salut du monde  
Tu m'as confié la joie et l'avenir du monde  
Mais j'ai oublié la grâce reçue de toi  
Tout est parti en fumée par mon indifférence, par ma volonté, et  
c'est mon péché !  
Vois, Seigneur, c'est tout ce qu'il me reste du bel héritage que tu  
m'as confié.  
Pourtant, Seigneur, à tes yeux, je crois, rien n'est jamais joué et  
même les cendres gardent la puissance de germer  
Aussi me lèverai-je aujourd'hui ; je prendrai mes cendres et je les  
convertirai en terre à semailles  
Mes cendres, fertilisées par ta grâce, seront ma terre renouvelée où  
l'Évangile étendra ses racines largement  
Avec toi, Seigneur, mes cendres seront promesse de moisson...



*Puis, approche-toi du prêtre ou du diacre.*

*Avec les cendres, il marquera ton front, ou tes mains, ou ton cœur...*

*Fais silence avant de te remettre en route.*

## Neuvième station

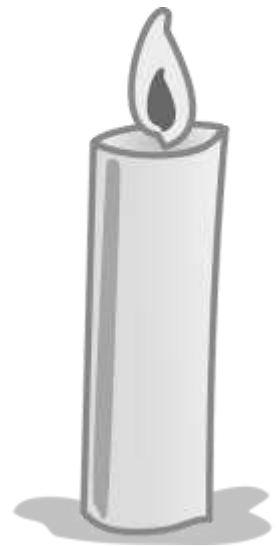
### Un geste pour la conversion - bougie

*Face au cierge allumé qui marque ton désir de vivre dans la lumière de Dieu, de changer ton cœur, arrête-toi quelque peu et entends l'appel que le Christ t'adresse :*

Convertis-toi  
et crois à la Bonne Nouvelle

#### *Prie, par exemple avec ces mots*

Tu m'as confié, Seigneur, l'amour et le don,  
Tu m'as confié la paix et le pardon  
Tu m'as confié la lutte et le salut du monde  
Tu m'as confié la joie et l'avenir du monde  
Mais j'ai oublié la grâce reçue de toi  
Tout est parti en fumée par mon indifférence,  
par ma volonté, et c'est mon péché !  
Vois, Seigneur, c'est tout ce qu'il me reste  
du bel héritage que tu m'as confié.  
Pourtant, Seigneur, à tes yeux, je crois, rien n'est jamais joué  
et même la flamme éteinte peut reprendre vie.  
Viens allumer ta lumière dans ma vie, Seigneur !  
Avec toi, Seigneur, la lumière éclairera non seulement mon cœur  
mais aussi celui de ceux qui m'entourent...



*Puis, prends une petite bougie, allume-la au cierge.  
Devant l'autel se trouvent un beau crucifix et un plateau.  
Va en silence y déposer la bougie, regarde Jésus,  
fais silence...  
... avant de te remettre en route.*

## 9<sup>e</sup> station - Pour les enfants (cendres)



*Un moment pour prier*

*Souvent, Jésus, j'éteins le feu de l'amour dans mon cœur... Il ne reste que des cendres...*

*Mais oui, Jésus, je crois qu'avec toi, le feu de l'amour peut renaître dans mon cœur, que ces cendres peuvent devenir un beau feu de joie !*



*Approche-toi maintenant du prêtre.*

*Sur ton front, ou tes mains, ou ton cœur, reçois avec joie ces cendres pleines de la promesse de Jésus...*

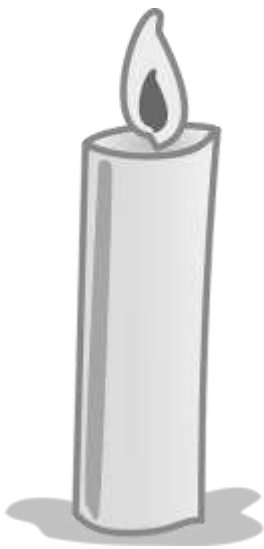
## 9<sup>e</sup> station - Pour les enfants (bougie)



*Un moment pour prier*

*Souvent, Jésus, j'éteins la flamme de l'amour dans mon cœur...*

*Mais oui, Jésus, je crois qu'avec toi, le feu de l'amour peut renaître dans mon cœur, qu'une nouvelle flamme d'amour peut illuminer et réchauffer mon cœur et celui de ceux qui m'entourent...*



*Prends une petite bougie, allume-la au cierge.*

*Devant l'autel se trouvent un beau crucifix et un plateau.*

*Va en silence y déposer la bougie, regarde Jésus,*

*fais silence...*

*... avant de te remettre en route.*

Dixième station

Envoi... Un premier pas

*Ce parcours s'achève...*

*Mais ton carême va se poursuivre hors de cette église...*

*Quelques mots encore pour la route !*

Le carême est un temps de marche.  
Le sage dit que : « Même les longues routes commencent par un premier pas ! »  
Le premier pas de ce jour en appelle d'autres !  
Pour le croyant,  
le Carême est le temps du pas de chaque jour.  
Un pas d'Évangile chaque jour  
à la rencontre de Dieu  
pour répondre à son appel,  
pour entrer en alliance avec lui.  
Voici donc le temps de marcher chaque jour,  
jusqu'à Pâques, avec la Parole de l'Évangile.  
Quarante jours pour quarante pas,  
à la lumière de l'Évangile, à la suite de Jésus.

Bonne route...

***Bon carême !***



## 10<sup>e</sup> station - Pour les enfants



*Ce parcours s'achève...*

*Mais ton carême va se poursuivre  
hors de cette église...*



*40 jours, 40 pas  
pour laisser l'Évangile vivre en toi,  
pour aller à la rencontre de Jésus,  
mort et ressuscité à Pâques :  
c'est lui qui nous attend  
au bout du chemin... !!!*



***Bon carême !***

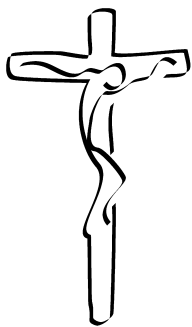


## Pour méditer à l'aise

Te voici en carême... Retiré dans la chambre du fond, aux tréfonds de ton cœur, tu tireras la porte derrière toi pour garder l'intimité de la rencontre, pour préserver le secret du cœur à cœur.

Te voici en carême et, dans la pénombre de ta vie, pointe une lumière qui éclaire un visage. Non pas le tien - non pas le tien d'abord en tout cas - mais celui du Christ... On a mal compris le carême si l'on en fait une fois de plus l'occasion de se regarder soi-même en long et en large, que ce soit pour s'admirer ou pour se trouver moche peu importe ! Dans les deux cas, on se trompe de cible. Et ce n'est pas la moindre des conversions attendues de nous en ces jours que celle qui consiste à détourner son regard, de soi vers Lui. Quoi qu'on en pense, ce n'est pas une mince affaire ! Et pourtant l'enjeu est de taille, puisqu'il s'agit de découvrir ou de redécouvrir sans cesse Jésus comme Sauveur et de **LUI** confier le soin de nous entraîner en sa Pâque quand nous échouons, quand nous voulons nous tirer d'affaire tout seuls.

Ainsi notre carême, plutôt que la triste litanie de nos méhins (= soucis, ennuis) et méfaits, déploiera la douce litanie des noms, des traits et qualités du Christ comme une variation infinie sur le thème de « Jésus Sauveur ».



En contemplant son visage, tu seras alors transfiguré et ton carême te laissera un peu plus, un peu mieux à l'image et à la ressemblance du Bien-aimé.

Ni le premier mot de notre carême, ni le dernier ne peuvent être « Je » ! Les premiers mots et les derniers de notre carême seront « Jésus, Christ, Sauveur » !

*Autour de toi dans l'église, cherche des yeux un crucifix... Regarde-le longuement...  
Laisse-Le te regarder...*

## Prends le temps de t'interroger

Et toi, que dis-tu ? Quelle place fais-tu à l'autre dans ta vie ? Car **le partage** auquel nous invite Jésus, ce n'est pas que des sous, du « matériel » ! Partager, c'est aussi aimer, rencontrer, soutenir... De quels partages es-tu capable ? Et quels sont ceux auxquels tu te refuses ? Sais-tu écouter ? Acceptes-tu l'autre avec sa différence ? Peux-tu pardonner ? Es-tu touché par ce qui arrive à d'autres autour de toi ou ton cœur reste-t-il imperméable à la souffrance, à la misère, à la peine de tes frères ? Qu'est-ce qui domine en toi : égoïsme ou générosité ? cendres d'intolérance ou flamme de tendresse ? ténèbres de péché ou lumière d'Évangile ?

Et toi, que dis-tu ? Quelle place fais-tu à Dieu dans ta vie ? Car **la prière** à laquelle nous invite Jésus, ce n'est pas que des mots ou des messes ! Prier, c'est miser sa vie sur Dieu, c'est se lier à lui. Dieu est-il un ami que tu découvres souvent sur ton chemin parce qu'il accompagne chacun de tes pas ? Et sa Parole, tu l'écoutes ? T'efforces-tu de la mettre en pratique ? Guide-t-elle tes pas ? Eclaire-t-elle ta vie ? Et le rendez-vous de l'eucharistie ? Tu en fais quoi ? Quand il t'invite à sa table pour nourrir ton cœur de son amour... Qu'est-ce qui domine en toi : doute ou confiance ? cendres d'indifférence ou flamme d'espérance ? ténèbres de péché ou lumière d'Évangile ?

Et toi, que dis-tu ? Qu'est-ce qui encombre ton cœur et ta vie ? Quel est ton superflu qui te détourne de l'essentiel ? Que quoi devrais-tu **jeûner** ? De quelle passion es-tu l'esclave ? la télé ? Le jeu ? l'alcool ? la sexualité ? le pouvoir ? l'argent ? Entends-tu l'appel de l'Évangile à marcher d'un cœur libre et le cœur léger ? Par quel désert dois-tu passer pour renaître à la vérité, à la liberté, au bonheur et à la paix ? As-tu faim de Dieu ? de sa Parole ? de son eucharistie ? ou es-tu trop comblé pour lui laisser de la place ? Qu'est-ce qui domine en toi : orgueil ou humilité ? cendres d'asservissement ou flamme de liberté ? ténèbres de péché ou lumière d'Évangile ?