




Conseils

Pour débiter...

- Choisir un endroit calme où chacun se sentira bien (salon, chambre, jardin,...).
- Pour commencer, apporter un objet et/ou poser un geste qui aide(nt) à penser à Jésus (par exemple : déposer une petite croix, une bible, allumer une bougie...).
- Vous êtes invités à suivre la proposition de la fiche ou à l'aménager (par exemple : ajouter quelques instants de silence ou un chant que vous connaissez ou encore une prière spontanée pour un membre de la famille). Au début, vous pouvez peut-être n'utiliser qu'une partie de la fiche.
- Vous pouvez toujours terminer par un signe de croix et ajouter une parole de bénédiction (par exemple : *Que le seigneur nous bénisse et nous garde !*).
- Chaque fiche est basée sur l'Évangile d'un dimanche mais on peut prier un autre jour

1. Préparons-nous !

 Prenons le temps de nous installer. Nous pouvons chanter ou fredonner le chant. C'est une manière de reconnaître la présence du Seigneur dans notre famille, notre maison :
[Donne-moi seulement de t'aimer \(Julien Carton\).](#)

ET DONNE-MOI, DONNE-MOI, DONNE-MOI SEULEMENT DE T'AIMER.
DONNE-MOI, DONNE-MOI, DONNE-MOI SEULEMENT DE T'AIMER.

1- Prends, Seigneur, et reçois toute ma liberté,
Ma mémoire, mon intelligence, toute ma volonté.

2- Reçois tout ce que j'ai, tout ce que je possède
C'est toi qui m'as tout donné, à toi,
Seigneur je le rends.

3- Tout est à toi, disposes-en, selon ton entière
volonté, et donne-moi ta grâce, elle seule me suffit.

Après avoir chanté ou écouté le chant, nous traçons lentement sur nous un signe de croix en disant ensemble: « Au nom du Père, et du Fils et du Saint-Esprit ».



-Le signe de croix - SERAPHIM (seraphim-marc-elie.fr)

2. Écoutons la Parole de Dieu !



Si vous le pouvez, écoutez le récit avec le lien ci-dessous ou QR code :

[Évangile de Jésus Christ selon saint Matthieu \(Mt 5, 13-16\)](#)



Évangile de Jésus Christ selon saint Matthieu (Mt 5,13-16)

En ce temps-là, Jésus disait à ses disciples : « Vous êtes le sel de la terre. Mais si le sel devient fade, comment lui rendre de la saveur ? Il ne vaut plus rien : on le jette dehors et il est piétiné par les gens. Vous êtes la lumière du monde. Une ville située sur une montagne ne peut être cachée.

Et l'on n'allume pas une lampe pour la mettre sous le boisseau ; on la met sur le lampadaire, et elle brille pour tous ceux qui sont dans la maison. De même, que votre lumière brille devant les hommes : alors, voyant ce que vous faites de bien, ils rendront gloire à votre Père qui est aux cieux. »

Laissons-nous toucher par ce récit ... Nous pouvons le réécouter une deuxième fois en fermant les yeux ...
Essayons d'imaginer, de sentir le sel et sa saveur. Essayons d'imaginer la lampe et sa lumière ...

Contemplons ensuite cette œuvre et laissons-nous interpeller.

3. Passons de l'oreille au cœur !



Avec l'aimable autorisation de Aurore : minilek.com - Famille, Enfance et Foi

Que voyons-nous ?
Par quoi notre regard est-il attiré ?
A quel endroit de cette image aimerais-je me trouver ? Dans la lumière ? Dans l'obscurité ?
Qu'est-ce que la lumière inspire : sécurité, chaleur, joie, horizon... ?
Et l'obscurité : peur, mystère ... ?
Quelle parole de l'Évangile nous rappelle cette image ?

4. Répondons avec le cœur

Faisons silence quelques instants pour laisser descendre en nous les mots de Jésus.

Seigneur Dieu, tu nous dis que nous sommes le sel de la terre et la lumière du monde. Quelle responsabilité ! Donner du goût à l'humanité et éclairer la vie de chacun ... cela n'est pas facile. Mais nous savons que tu es là pour nous y aider et nous montrer la voie à suivre. Nous avons besoin de toi, de ton sel et de ta lumière pour y arriver.

De tout cœur, nous te prions ensemble :

*Notre Père, qui es aux cieux
que ton nom soit sanctifié,
que ton règne vienne,
que ta volonté soit faite
sur la terre comme au ciel.
Donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour.
Pardonne-nous nos offenses,
comme nous pardonnons aussi
à ceux qui nous ont offensés.
Et ne nous laisse pas entrer en tentation,
mais délivre-nous du Mal.
Amen.*

5. Dieu se donne, donnons-nous !

Jésus, tu me dis que je suis le sel de la terre. Le sel, il donne du goût aux aliments, mais quand il a fondu, il ne se voit plus. Tu me dis aussi que je suis la lumière du monde. La lumière, elle éclaire, elle guide. Ce n'est pas elle que l'on voit, mais ce qu'elle éclaire.

Jésus, comment puis-je être lumière du monde et sel de la terre dans ma vie, à ton exemple, dans la simplicité et dans l'humilité ? Comment puis-je mettre en valeur la beauté du monde et la saveur de la vie des Hommes ?

Cette semaine, je vais veiller à éclairer, à illuminer la vie des autres et à lui donner de la saveur sans me mettre en valeur : faire un sourire, valoriser l'autre par un compliment, prier pour quelqu'un de malade ...

Ensemble, pour terminer ce temps de prière, nous pouvons dire : Jésus, aide-nous à être les témoins de ta Bonne Nouvelle en étant discrets, présents et en la vivant au quotidien avec tous et l'aide de l'Esprit Saint.

Et nous terminons par un signe de croix : au nom du Père, du Fils et du Saint- Esprit.