




## 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 l'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 \(Mt5, 20-22.27-28.33-37\).](#)

## Évangile de Jésus Christ selon saint Matthieu (Mt 5,20-22.27-28.33-37)

En ce temps-là,

Jésus disait à ses disciples : « Je vous le dis : si votre justice ne surpasse pas celle des scribes et des pharisiens, vous n'entrerez pas dans le royaume des Cieux.

Vous avez appris qu'il a été dit aux anciens : Tu ne commettras pas de meurtre, et si quelqu'un commet un meurtre, il devra passer en jugement. Eh bien ! moi, je vous dis : tout homme qui se met en colère contre son frère devra passer en jugement.

Vous avez appris qu'il a été dit : Tu ne commettras pas d'adultère. Eh bien ! moi, je vous dis :

Tout homme qui regarde une femme avec convoitise a déjà commis l'adultère avec elle dans son cœur.

Vous avez encore appris qu'il a été dit aux anciens : Tu ne manqueras pas à tes serments, mais tu t'acquitteras de tes serments envers le Seigneur. Eh bien ! moi, je vous dis de ne pas jurer du tout.

Que votre parole soit "oui", si c'est "oui", "non", si c'est "non". Ce qui est en plus vient du Mauvais. »



Laissons-nous toucher par ce récit ... Nous pouvons le réécouter une deuxième fois en fermant les yeux  
Contemplant ensuite cette œuvre et laissons-nous interpeller.

### 3. Passons de l'oreille au cœur !



<https://www.publicdomainpictures.net/fr/view-image.php?image=61791&picture=peinture-explosion>

Cette peinture peut faire résonner en nous l'Évangile que nous venons d'entendre ou de lire.

Jésus, aujourd'hui, nous dit à plusieurs reprises :

“Il a été dit aux Anciens.

Eh bien ! moi, je vous dis”.

On peut dire qu'il fait éclater les couleurs de l'amour !

Ensemble, rappelons-nous des “éclats d'amour” que Jésus nous dit dans l'évangile.

Fermons un moment les yeux et contemplons en nous ces éclats d'amour que Jésus nous invite à vivre !

### 4. Répondons avec le cœur

Seigneur, la qualité d'amour auquel tu nous invites à vivre à la fois nous attire, mais aussi nous dépasse !

Aimer ainsi mettrait plein de couleurs, de joie, de vie, de fraternité dans notre vie quotidienne et dans notre monde.

Mais cet amour nous dépasse : qui peut aimer ainsi ?

Si tu nous invites à vivre cet amour, Seigneur, donne-nous la force de ton Esprit ! Qu'il nous guide dans nos paroles, nos gestes et nos choix quotidiens !

Que ton Esprit en nous ose te dire : “Oui, Seigneur, je désire aimer comme toi et je crois que tu me donneras la force de le vivre”.

Et comme enfant du même Père que Jésus, osons dire 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 !

Aujourd'hui, Jésus nous invite à faire éclater nos limites dans l'amour.

Réfléchissons ensemble à quel pas de plus je peux vivre dans ma qualité d'amour ! Quel geste puis-je faire ? Envers quelle personne ?

Voici un “éclat de peinture”. Si vous le désirez : coloriez-le et/ou écrivez dans l'éclat, le pas d'amour que vous voudriez vivre !

