



Activité Ados

Pour les adultes

## Mardi 13 décembre

### Accordez-vous une pause méditation...

Installez-vous confortablement. Allumez une bougie si le cœur vous en dit...  
Vous pouvez imprimer et regarder une icône de la résurrection

#### 1. Un chant à écouter – à chanter :

<https://www.youtube.com/watch?v=kJ4DWb9c87o>

#### Notre âme attend le Seigneur

Notre âme attend le Seigneur.  
En lui la joie de notre cœur.

#### 2. Un temps de silence... pour déposer tout ce que vous attendez ...

#### 3. Un texte pour vous d'Anselm Grün :

Chaque être humain a son ange : telle est la bonne nouvelle de toutes ces histoires que rapporte la bible ; telle est aussi la connaissance que nous apporte la tradition spirituelle. Dans la maison de son âme, tout homme a besoin d'espaces réservés où il se sent protégé et puisse se recueillir et se ressourcer. C'est là que résident les anges en lui, qui l'initient à la légèreté de l'être, à l'amour, à la tendresse, au goût pour la vie. Les anges donnent à son âme des ailes, à son esprit les ailes de l'imagination ; ainsi il pourra se détacher de la banalité des apparences et le ciel s'ouvrira au-dessus de la désolation de son désert. Les anges nous communiquent l'expérience de la protection particulière qui nous est accordée.

#### 4. Un chant à écouter – à chanter:

<https://www.youtube.com/watch?v=uotT60CzL50&list=RDuotT60CzL50#t=9>

#### Esprit consolateur

#### 5. Et voici qu'il est écrit dans la lettre en Matthieu 28, 2

« L'ange prit la parole et dit aux femmes :  
"N'ayez pas peur.  
Je sais que vous cherchez Jésus, celui qu'on a cloué sur la croix ; il  
n'est pas ici, il est revenu de la mort à la vie comme il l'avait dit. " »  
Matthieu 28.2

## 6. Offrons-nous un temps de ...

### Silence

## 7. Pour sortir du silence, une musique à écouter : Rachael lander « Get Lucky »

<https://www.youtube.com/watch?v=tM9bFD8pq28>

## 8. Et voici une citation qui nous emmène plus loin de Wim Wenders

"Et si les anges d'aujourd'hui étaient tous ceux qui s'intéressent aux autres avant de s'intéresser à eux-mêmes ?"

## 9. Partageons une prière qui vient d'un recueil

« les enfants se mettent en route vers Noël »

Seigneur, tu as inventé le monde.  
Tu l'as sorti de la nuit. Tu l'as appelé à la fête.  
Quand il s'assombrit, quand les regards des humains s'alourdissent, tu te lèves, tu prends la parole.  
Seigneur, lève-toi : suscite des messagers éveilleurs d'attention, artisans de paix, artistes de la joie, peintres de la lumière.  
Seigneur, aujourd'hui, tu appelles des collaborateurs pour dépolluer l'atmosphère, pour faire clair.  
Seigneur, annoncer de la joie c'est offrir du bon air.  
Dans le brouillard, on ne te trouve pas, on ne voit plus son voisin.  
Avec toi Seigneur, nous voulons faire clair, allumer des regards, que d'éteints ils deviennent lumineux.  
Avec toi Seigneur, nous voulons être des messagers, porteurs de lumières pour sortir la joie de l'ombre. Amen

## 10. Un chant à écouter - à chanter :

<https://www.youtube.com/watch?v=In3ZapN-BB8>

### Mon âme se repose en paix

Les chants et partitions sont disponibles à l'adresse suivante :

[http://taize.fr/fr\\_article10317.html](http://taize.fr/fr_article10317.html)

Si vous voulez découvrir plus sur l'icône de la résurrection :

<http://www.esoref.fr/icone/3511197>

