



## Dimanche 29 novembre

### S'aérer le cœur et accueillir l'Amour

*Pour prendre un temps avec Dieu seul-e, en famille ou entre amis  
Pour poser les soucis qui nous préoccupent  
Pour accueillir le semeur dans les champs de nos vies*



#### Pour ouvrir ce temps

- ★ Allumer la première bougie de l'Avent en disant par exemple :
  - Toi qui es l'Amour.*
  - Que ton Amour nous réchauffe.*
  - Que ton Amour nous guide.*
  - Que ton Amour nous éclaire en ce premier dimanche de l'Avent*
  - Merci pour ton Amour*
- ★ Ecouter ou chanter un chant « Je te remercie la vie » de Philippe Corset
  - <https://www.youtube.com/watch?v=yc4peZU40fQ>
  - [Pour les musicien.nes voici la partition à imprimer](#)

#### Pour déposer nos soucis

- ★ Prenez un caillou dans vos mains ou faites une boule de papier de la grosseur que vous souhaitez et prenez-la dans vos mains.

Prenez un temps en silence	
Si vous avez un caillou	Si vous avez une boule de papier
Prendre conscience de ce caillou... son poids... sa rugosité...	Prendre conscience de cette boule de papier... son volume... sa densité...
On a tous des cailloux dans nos vies	On a tous des endroits froissés dans nos vies
Que représente ce caillou pour nous... qu'est-ce qui est lourd, tranchant, qu'est-ce qui nous pèse ?	Que représente cette boule de papier pour nous... qu'est-ce qui est froissé, qu'est-ce qui prend de la place, nous préoccupe ?
Quels soucis avez-vous ? Quelles colères gardez-vous ? Quelles tristesses ressentez-vous ?	

**« Venez auprès de moi, vous tous qui portez des charges très lourdes et qui êtes fatigués, et moi je vous donnerai le repos. » dit Jésus  
(Matthieu 11, 28)**

- ★ Posez ce caillou/cette boule de papier près de la bougie en disant un mot, une phrase pour parler de ce qui vous préoccupe ou en silence.
- ★ Prenez un temps de respiration pendant laquelle vous pouvez dire à haute voix ou dans vos cœurs :
  - Pendant que vous gardez ce souffle : *Ton amour en moi*
  - Quand vous avez tout vidé : *Mes soucis dans ta main*



#### Pour écouter et recevoir le texte biblique

- ★ Ecoutez la vidéo sur le site directement ou avec ce lien YouTube : <https://www.youtube.com/watch?v=vN6log-OjRo&feature=youtu.be>
- ★ Ou lisez les textes ci-dessous :



*Dans les Evangiles, Jésus parle en parabole. Il raconte des histoires de la vie ordinaire pour ouvrir une porte sur l'extraordinaire. Lui qui parle à Dieu, nous parle d'un Dieu qui se dit au travers d'un récit. Dans l'Evangile de Matthieu, Jésus nous emmène sur les pas d'un semeur. Ecoutons l'Evangile de Matthieu au chapitre 13, versets 1 à 9.*

### **Texte biblique**

Ce jour-là, Jésus sort de la maison, et il va s'asseoir au bord du lac. Des foules nombreuses se rassemblent autour de lui, c'est pourquoi il monte dans une barque et il s'assoit. Toute la foule reste au bord de l'eau. Jésus enseigne beaucoup de choses aux gens en utilisant des comparaisons.

Il leur dit : « Le semeur va au champ pour semer.

Pendant qu'il sème, une partie des graines tombe au bord du chemin. Les oiseaux viennent et ils mangent tout.

Une partie des graines tombe dans les pierres, là où il n'y a pas beaucoup de terre. Elles poussent tout de suite, parce que la terre n'est pas profonde. Mais, quand le soleil est très chaud, il brûle les petites plantes. Et elles sèchent, parce qu'elles n'ont pas de racines.

Une autre partie des graines tombe au milieu des plantes épineuses. Ces plantes poussent et les étouffent.

Une autre partie des graines tombe dans la bonne terre et produit des épis : les uns donnent 100 grains, d'autres 60, d'autres 30 ! »

Et Jésus ajoute : « Celui qui a des oreilles, qu'il écoute ! »

*Une parabole pour s'aérer le cœur comme on aère un champ. Aérer un champ, qu'est-ce que cela représente pour vous ?*

*Un champ composé de plusieurs terres. Quelle terre vous parle le plus aujourd'hui ? Le chemin ? Les pierres ? Les plantes épineuses ? La bonne terre ?*

*Un semeur qui sème partout. Qui est-il pour vous ? Que pensez-vous de cette personne ? Pourquoi sème-t-il partout ?*

*Suivons le semeur qui passe d'une terre à une autre pour semer. Il sème partout, dans toutes les terres, même les endroits les plus désertiques, même les endroits les plus abîmés. Quels endroits de nos vies sont désertiques et abîmés ?*

*Des graines sont mangées, d'autres sèchent, d'autres sont étouffées... et d'autres produisent des épis qui portent d'autres graines. Et si chacune et chacun, on observait dans nos vies les graines qui ont donné d'autres graines !*

- ★ Prenez un temps de partage sur les questions et réflexions ou un temps d'écriture
  - Pour aller plus loin, voir le [commentaire « Un Dieu qui nous surprend » de Taizé](#)
- ★ Une prière de Marion Muller-Colard, Eclats d'Evangile, Editions Bayard et Labor et Fides

*Tu as le geste ample du semeur généreux  
Et tu sèmes à tout vent la graine de ta Parole  
Tu la sèmes en chaque coin, fécond ou caillouteux  
Confiant sa destinée aux mains des jardiniers  
Apprends-moi, Seigneur, à travailler un sol  
Où ta semence trouve assez de profondeur pour s'enraciner  
Mais si je devais échouer à préserver un coin où ta Parole ensemence  
ma vie  
Laisse-moi la joie, Seigneur, de contempler les jardins voisins fleurissant  
sous l'abondance de ton don.*

- ★ Un temps pour regarder un champ de blé  
<https://www.youtube.com/watch?v=uLWiOPrTwe8>



### **Pour prier pour les autres :**

- ★ Cette semaine, nous vous invitons à prier pour toutes les personnes qui souffrent dans leur cœur, celles qui sont préoccupées, celles qui sont stressées, celles qui ont trop de travail ou au contraire celles qui n'ont plus de travail...
- ★ Prenez un moment pour penser à quelques personnes. Vous pouvez en plus soit écrire leur prénom sur un post-it, soit prendre une bougie de réchaud par personne... et prévoyez un post-it vide ou une bougie en plus.
- ★ Prendre un temps pour les remettre devant Dieu en disant par exemple
  - Pour commencer : *Confiant-es en ton Amour pour chacune et chacun d'entre nous, nous te prions pour...*
  - Pour terminer : *Nous te confions également tous les inconnus et inconnues qui souffrent en cette période difficile dans leur cœur. Nous nous confions dans ton amour. Que ton amour aère nos cœurs et qu'ainsi nous ayons de la place pour t'accueillir en Noël qui vient. Amen*

### **Pour terminer**

- ★ Un envoi avec le texte de Noël Colombier  
<http://www.idees-cate.com/prieres/puisquetoutamour.html>

*Puisque tout amour prend racine,  
J'en planterai dans mon jardin;  
J'en planterai avec patience,  
Chaque jour, chaque saison,  
Pour en offrir en abondance,  
A ceux et celles qui passent dans ma  
maison.  
Et j'en mettrai sur mes fenêtres  
Pour faire plaisir à mes voisins et voisines.  
Sur la place de mon village,  
Au carrefour de chaque rue,  
J'offrirai des fleurs en partage  
Aux amis et amies comme aux ennemis.  
Puisque tout amour prend racine,  
J'en planterai dans mon jardin,  
J'en planterai sur les frontières,  
Sur les murs de séparation.  
Toi qui écoutes ma rengaine,  
Emporte les fruits et les graines  
En revenant dans ta maison.*



- ★ Un chant à choix
  - Un classique « Quand s'éveilleront nos cœurs » (Alléluia 31/22)  
<https://www.youtube.com/watch?v=K3mD5sP0nn8>
  - Un chant de louange : « Réveiller nos cœurs » de Glorious  
<https://www.youtube.com/watch?v=YNOXzdS8FM>

### **Pour aller plus loin**

- ★ La parabole du semeur en dessins animés sans parole  
[https://www.youtube.com/watch?v=k7ijm1sMho0&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?v=k7ijm1sMho0&feature=emb_logo)
- ★ Une rosace à colorier « Le semeur va au champ », [à télécharger ici](#).