



## Dimanche 13 décembre

### Laisser grandir la lumière et préserver l'avenir

*Prendre un temps avec Dieu seul.e, en famille ou entre ami-es  
Pour repousser nos obscurités  
Pour tracer des chemins de lumière dans nos vies*



#### Pour ouvrir ce temps

- ★ Allumer trois bougies de l'Avent en disant par exemple :
  - Toi qui es la Lumière.*
  - Que ta Lumière nous éclaire.*
  - Que ta Lumière nous encourage.*
  - Que ta Paix nous illumine en ce troisième dimanche de l'Avent*
  - Merci pour ta Lumière*
- ★ Ecouter ou chanter
  - « Ouvrir les mains, cueillir la lumière » de Marie-Louise Valentin et Hubert Bourel
    - <https://www.youtube.com/watch?v=cFx4juXhsmA>
  - « Allume une lumière dans mes yeux » par Philippe Corset
    - <https://www.youtube.com/watch?v=ng0hn5eglc0>

#### Pour vous oxygéner

- ★ Vous avez assurément déjà fait l'expérience de la bougie sous un verre manquant d'oxygène.
  - Vous pouvez la refaire ou regarder [la vidéo en lien "La vie est une bougie dans le vent"](#)
  - Quand l'appel d'air n'existe plus, la lumière diminue.

Prenez un temps en silence	
Si vous êtes debout	Si vous êtes assis
Penchez-vous en avant pour toucher vos pieds tout en respirant	Penchez-vous en avant, les coudes posés sur les genoux
Pensez à tout ce qui vous bloque... tout ce qui reste en travers de votre gorge... tout ce qui vous met en colère... tout ce qui noue votre estomac...	
Dépliez-vous lentement en respirant	
Levez les bras au ciel tout en respirant	
<i>Petit à petit, agrandissez votre respiration et lâchez tout ce qui vous bloque... vous pouvez même crier si vous le souhaitez</i>	

**« Mettez-vous en colère, mais ne péchez pas ;  
que votre colère s'apaise avant le coucher du soleil » Ephésiens 4,6**

- ★ Prenez un temps de prière pour apporter à Dieu un mot, une phrase de colère, de ce que vous avez de la peine à avaler...
  - En terminant par ces mots :
    - Que Ta Lumière vienne éclairer mon cœur
    - Que Ta lumière transforme mes obscurités en lumière
- ★ Vous pouvez chanter ou écouter un de ces chants de la communauté de Taizé :
  - Jésus le Christ, lumière intérieur : <https://www.youtube.com/watch?v=AqoYsauFa2I>
  - Dans nos obscurités : <https://www.youtube.com/watch?v=pfin1W0v7Ts>
  - Vous trouvez les partitions dans [« 2020.12.13 Partition de deux chants de Taizé »](#)



## 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=LrpjYVl1QTE&feature=youtu.be>
- ★ Ou lisez les textes ci-dessous :

*Entre deux paraboles, celle évoquant un semeur et celle qui parle d'une graine de moutarde, dans l'Evangile de Matthieu, Jésus raconte une parabole où se mêlent nuit et lumière. Les paraboles sont des histoires complexes comme la vie qui nous amène à réfléchir sur nos positions. Elles ne disent pas tout. Elles ne répondent pas à toutes les questions. Elles dévoilent du sens pour notre vie. Écoutons l'Evangile de Matthieu au chapitre 13, versets 24 à 30.*

### Texte biblique :

Jésus utilise pour eux une autre comparaison : « Le Royaume des cieux ressemble à ceci : Un homme a semé du bon grain dans son champ. Une nuit, pendant que tout le monde dort, son ennemi arrive. Il sème de la mauvaise herbe au milieu du bon grain et il s'en va. Les plantes poussent, elles produisent les épis, et la mauvaise herbe paraît aussi. Les serviteurs vont dire au propriétaire : « Maître, tu as semé du bon grain dans ton champ, n'est-ce pas ? D'où vient donc cette mauvaise herbe ? » Il leur répond : « C'est un ennemi qui a fait cela. » Les serviteurs lui disent : « Est-ce que tu veux que nous allions enlever la mauvaise herbe ? » Le propriétaire leur dit : « Non ! En enlevant la mauvaise herbe, vous risquez d'arracher aussi les épis. Laissez tout pousser ensemble jusqu'à la récolte. Et, au moment de la récolte, je dirai aux ouvriers : Enlevez d'abord la mauvaise herbe, faites des tas pour la brûler. Ensuite, ramassez les épis et mettez la récolte dans mon grenier. »

*Une parabole qui appelle à laisser grandir la lumière. Pourtant il est question de nuit dans cette parabole. Que représente la nuit pour vous ? Que représente cette mauvaise herbe ? Qu'est-ce qu'une bonne et une mauvaise herbe pour vous ? Laisser grandir sans arracher, sans trier. Qu'est-ce qu'on aimerait arracher dans nos vies ? Qu'est-ce qu'on doit accepter sans pouvoir l'enlever ? Ne pas prendre le risque de perdre un épi. L'essentiel est de préserver chaque épi. Voilà l'enjeu. Qu'est-ce qu'il est essentiel de préserver ? Dans notre vie ? Dans le monde ? Le moment de la récolte arrive. Le moment de séparer. Le moment de discerner. Comment discerner ? Comment séparer ?*

- ★ Prenez un temps de partage sur les questions et réflexions ou un temps d'écriture
  - Pour aller plus loin : « [Le tri naturel](#) » de Marion Muller Collard
- ★ Une prière de <https://www.portstnicolas.org/rocher/textes-de-priere-par-mot-cle/conduis-moi-douce-lumiere.html>  
Conduis-moi, douce lumière, à travers les ténèbres qui m'encerclent.  
Conduis-moi, toi, toujours plus avant !  
Garde mes pas : je ne demande pas à voir déjà ce qu'on doit voir là-bas : un seul pas à la fois, c'est bien assez pour moi.  
Je n'ai pas toujours été ainsi et je n'ai pas toujours prié pour que tu me conduises, toi, toujours plus avant.  
J'aimais choisir et voir mon sentier ; mais maintenant : conduis-moi, toi, toujours plus avant !  
Si longuement ta puissance m'a béni ! Sûrement elle saura encore me conduire toujours plus avant par la lande et le marécage, sur le rocher abrupt et le flot du torrent jusqu'à ce que la nuit s'en soit allée...  
Conduis-moi, douce lumière, conduis-moi, toujours plus avant !
- ★ Une chanson à écouter : <https://www.youtube.com/watch?v=RMBG3FveW1k>



## Pour prier pour les autres :

- ★ Cette semaine, nous vous invitons à prier pour toutes les personnes n'arrivent plus à voir la lumière, toutes les personnes qui sont désespérées et ne croient plus en l'avenir, celles qui sont en colère contre la vie, contre Dieu, contre des personnes, celles qui ont l'impression que rien ne sert à rien, que tout va mal...
- ★ 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 : Croyant en ta Lumière qui vient, qui est et qui sera, nous te prions pour ceux et celles qui vivent dans la nuit, qui ne voient plus aucune lumière, qui ferment les yeux à toute lumière. Qu'elles rencontrent dans leur vie quelques lumières et qu'ainsi leur vie s'éclaire... nous pensons à ....
  - Pour terminer : Nous te confions également tous les inconnus et inconnues qui n'arrivent plus à croire en l'avenir, à espérer en la vie. Nous nous confions dans ta Lumière. Que ta Lumière grandisse dans nos cœurs et qu'ainsi nous devenions des lueurs dans la nuit de ce monde et apportions l'étoile de Noël. Amen

## Pour terminer

- ★ Un envoi avec le texte de Francine Carillo, *Braise de douceur*, Editions Ouverture.

*Noël, c'est  
Dieu entre nos mains  
Pour que se lève demain  
Dieu en attente de notre tendresse  
Pour que vive sa promesse  
Dieu au berceau de notre âme  
Pour qu'en nous veille sa flamme*

- ★ Un chant à écouter et à chanter de tout son cœur : « Voici Noël », plusieurs versions
  - Guitare et trompette par Philippe Corset :
    - <https://www.youtube.com/watch?v=2MU9fzSGI24>
  - Guitare et trompette, boucle musicale :
    - <https://www.youtube.com/watch?v=xJ-v0XealfA>
  - Avec paroles par Lise :
    - <https://www.youtube.com/watch?v=tWP-SKhdfu4>
  - Une autre version de « Voici Noël » par Ecole Pierre :
    - [https://www.youtube.com/watch?v=tnwe\\_XK1n3E](https://www.youtube.com/watch?v=tnwe_XK1n3E)

## Pour aller plus loin

- ★ Des [rosaces créées par Géraldine Maye pour Avent-Autrement en 2015](#) à colorier du plus foncé au plus clair ou inversement pour faire grandir la lumière
- ★ Une vidéo de lumière en musique : <https://www.youtube.com/watch?v=D2IBGIDJ3lg>
- ★ Et toutes les fiches de la semaine proposées dès demain, dans la rubrique « Développons notre créativité ».