



Dimanche 27 novembre

La saveur des mercis



Pour prendre un temps avec Dieu seul-e, en famille ou entre ami-e-s
Pour regarder l'année qui s'est écoulée avec reconnaissance
Pour accueillir la paix dans nos vies.

Pour ce temps, pour plus de confort, ayez à portée de main :

- *Une bougie de l'Avent et une Bible*
- *De quoi écouter ou faire de la musique, une connexion internet*
- *Deux bols avec un peu de sel et de poivre moulu*

Pour ouvrir ce temps

- ★ Allumez la première bougie de l'Avent en disant par exemple
Lumière de vie, Souffle de paix
En ce premier dimanche de l'Avent
Que ta Paix nous apaise
Que ta Paix nous engage
Merci pour toute paix.
- ★ Écoutez ou chantez « Veni Sancte Spiritus » de Taizé « Viens Saint Esprit »
 - <https://www.youtube.com/watch?v=us-v4slsUX4>

Veni Sancte Spiritus

Ve - ni San - cte Spi - ri - tus.





Pour regarder l'année avec reconnaissance : avec du sucre et du poivre

Prenez deux bols : l'un avec un peu de sucre et le deuxième avec un peu de poivre

- Écoutez l'interview de Crea Calame, dont voici un extrait :

« Noël c'est demain. Noël, c'est toute la reconnaissance que l'on peut avoir pour l'année qui s'est vécue. On peut aussi se réconcilier avec tout à Noël, avec ce qui a moins été, le ciel est ouvert. »

- ★ Prenez **un premier temps** pour réfléchir à tout ce qui s'est passé cette année qui vous donne envie de dire merci :

- Pensez non seulement à ces dernières semaines, mais pensez à Noël passé, au mois de janvier avec la fête des Rois. Souvenez-vous de février, le temps de Carnaval. Pensez à mars et avril, le temps du printemps, de Pâques. N'oubliez pas le mois de mai et de juin, le temps de l'Ascension et de Pentecôte. Puis souvenez-vous des mois de juillet et d'août, symbole de vacances pour certaines d'entre nous. Et puis sont arrivés septembre et octobre. Et nous voilà en novembre...
- Dès que vous avez une idée, prenez le bol de sucre et dites simplement :

Merci pour...

- Si vous vivez ce temps à plusieurs, vous pouvez vous passer le bol et vous arrêtez quand vous n'avez plus d'idée... Alors vous pouvez poser le bol près de la bougie en disant par exemple :

Merci pour tous ces beaux souvenirs

Qu'ils nous donnent, comme ce sucre, de l'énergie pour notre vie.

- ★ **Entre-temps** : Prenez le temps de savourer le verset phare du Psaume 103/104, 14-15 :

« Tu fais pousser l'herbe pour le bétail, et les plantes que les humains cultivent. Ainsi la terre leur fournit de quoi vivre : du vin pour réjouir leur cœur, de l'huile pour leur donner bonne mine, et du pain pour leur rendre des forces. »

- ★ Prenez un **deuxième temps** pour déposer ce qui n'a pas été et vous réconcilier avec :

- Pensez à tous ce que vous avez vécu et qui était difficile, à ce que vous auriez voulu vivre autrement, à ce que vous n'avez pas pu vivre. A nouveau, prenez le temps de bien réfléchir, de garder la première idée et de poser d'autres idées. Le ciel est ouvert, prenez le temps de bien tout déposer.
- Dès que vous avez une pensée, prenez le bol de poivre et dites simplement :

Grâce pour...

- Si vous vivez ce temps à plusieurs, vous pouvez vous passer le bol et vous arrêtez quand vous n'avez plus d'idée... Alors vous pouvez poser le bol par de la bougie en disant par exemple

Reçois ces souvenirs piquants et poivrés,

Réconcilie-nous avec notre passé, pour que notre avenir s'ouvre.





- ★ Terminez ce temps en écoutant une musique qui vous fait du bien, par exemple, Yannick Noah « La vie, c'est maintenant »
 - <https://www.youtube.com/watch?v=eex5ppAtQ3A>



Pour accueillir la paix dans nos vies : avec les bols de sucre et de poivre

- ★ Un deuxième extrait de l'interview de Crea Calame :

« Disons merci avec cette naissance qui vient changer nos vies et qui, il y a 2000 ans en arrière, a vraiment bousculé ces bergers. Et quand on prend les choses avec cœur et reconnaissance, et avec Jésus dans notre vie, cela va beaucoup mieux. »



- ★ On a été bousculé cette année par des événements mondiaux. Et pourtant il est écrit dans le livre d'E·Isaïe 2,4 :

« Avec leurs épées, ils forgeront des socs de charrue, et avec leurs lances, ils feront des faucilles. On ne lèvera plus l'épée un pays contre l'autre, on ne s'exercera plus à la guerre. »

- Si vous le souhaitez, vous pouvez prendre le temps de lire l'entier du récit du jour à haute voix : E·Isaïe 2, 1 à 5
 - Avec un temps de silence
 - Et un temps de partage : chaque personne présente relève une phrase forte du texte et la partage à haute voix.
- Lisez la méditation proposée pour ce jour et prenez un temps pour réfléchir à deux éléments :
 - Discerner où l'harmonie est présente dans le monde pour savourer la bonne odeur de paix
 - Réfléchir à comment vous pouvez apporter votre touche de douceur dans ce monde. Prenez le temps de parler entre vous.
 - Et quand vous vous êtes mis d'accord, symboliquement **mélanger le contenu des deux bols**. N'hésitez pas à goûter le mélange pour terminer ce temps !

Pour prier pour les autres :



- ★ Un troisième extrait de l'interview de Crea Calame :

« Quand on dit merci, forcément il y a un sourire qui se dessine sur les visages. Dans cette crèche de Noël, il y a aussi ça, la reconnaissance de tous ces artisans, de toutes ces scènes de vie. De tous ces métiers que l'on peut découvrir. C'est vraiment avec le regard des mercis. Parce qu'on s'émerveille quand on voit tous ces petits personnages en terre cuite dans leur labeur. »

- ★ Cette semaine, on va prier pour la diversité des métiers.



- Prendre le temps de prier pour toutes les personnes que nous connaissons et qui exercent un métier, pour dire merci pour leur travail, le temps qu'elles consacrent à travailler.
- Vous pouvez bien sûr pensez aux professions de vos proches, mais aussi en regardant autour de vous aux professions qui vous permettent de vivre (boulangers, installateurs en chauffage, menuisiers, etc.).
- Vous pouvez élargir votre regard en pensant aussi à ceux qui inventent et réfléchissent, etc.
- ★ Prendre un temps pour les remettre devant Dieu en disant par exemple :
 - Pour commencer :

Confiant-es en ta présence, nous te disons merci pour ...
 - Pour terminer :

Nous te confions toutes ces personnes, que tu puises les bénir, bénir leurs travaux.

Nous voulons aussi te prier pour toutes personnes qui n'ont pas de travail,

celles qui sont au chômage,

celles qui ne peuvent plus travailler à cause de leur santé,

celles qui ne savent pas quoi faire,

celles...

Prends soin de chaque personne, donne la paix et la sérénité, dans le stress de la vie active, dans le stress de la recherche, sois avec eux, sois avec nous. Amen

Pour terminer :

- ★ Dire tous ensemble la prière du jour « Seigneur merci » de Bernard Bolay
- ★ Un chant à choix :

- Un chant accueillir le Seigneur qui vient : « J'ouvre mon cœur » de Glorious
 - https://www.youtube.com/watch?v=X-4_8-y-aSg
- Un chant classique de l'Avent : « Quand s'éveilleront nos cœurs »
 - <https://www.youtube.com/watch?v=Yhm5WNeXOAI>
- Pour les enfants :
 - « M.E.R.C.I » interprété par Philippe Corset
 - <https://www.youtube.com/watch?v=MwDZFZgtK2c>
 - « La grâce », chant écrit et interprété par Philippe Corset
 - <https://www.youtube.com/watch?v=-iAORc1uGDc>



Pour aller plus loin :

- ★ Une méditation sur le texte biblique d'un théologien, Elio Jaillet :
 - <https://eliojaillet.ch/affluer-vers-enseignement-es-2-1-5/>
- ★ Pour en savoir plus sur le livre d'E·Isaïe :
 - <https://www.youtube.com/watch?v=eOmd1d-6Whw>



- ★ Pour écouter le psaume 104/103 en entier
 - <https://www.eerv.ch/activites-cantonaux/enfance-et-familles/activites-et-projets/notre-terre-extraordinaire/semerveiller-et-decouvrir>
- ★ Sur la reconnaissance :
 - Mes trois reconnaissances par jour : <https://fabuleusesaufoyer.com/mes-trois-reconnaissances-du-jour/>
 - La puissance du feedback positif : <https://fabuleusesaufoyer.com/vie-de-famille-la-puissance-du-feedback-positif/>
- ★ Sur l'Avent :
 - Dans un monde toujours aussi laid et aussi inquiétant, l'espérance de la venue du Sauveur porte en germe la possibilité de la justice et de la paix : un podcast d'Emmanuelle Seyboldt, pasteure : <https://regardsprotestants.com/podcast/avent-1-le-1er-jour-du-reste-de-ma-vie/>