

Dimanche 17 décembre TRISTESSE & JOIE



Pour prendre un temps avec Dieu seul-e, en famille ou entre ami-e-s

Pour déposer nos tristesses et nos joies

Pour s'ouvrir au Magnificat !

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
- Une feuille blanche par personne (ou imprimez la proposition de rosace), des crayons ou feutres bleu foncé, bleu clair et jaune

Pour ouvrir ce temps

- ★ Allumez la troisième bougie de l'Avent en disant par exemple :

Lumière de vie, Souffle de paix

En ce troisième dimanche de l'Avent

Que ta présence reconforte nos tristesses

Que ta joie nous éclaire

- ★ Écoutez ou chantez « Jésus, ma joie » de Taizé

- <https://www.youtube.com/watch?v=ouszUDY4aYQ>



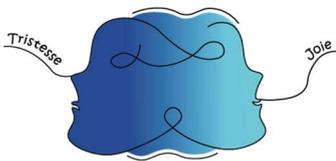
Jésus, ma joie

♩ = 82

Jé - sus, ma joie, mon es - pé - rance et ma vie, ma

joie, mon es - pé - ran - ce et ma vie.

O Jé -

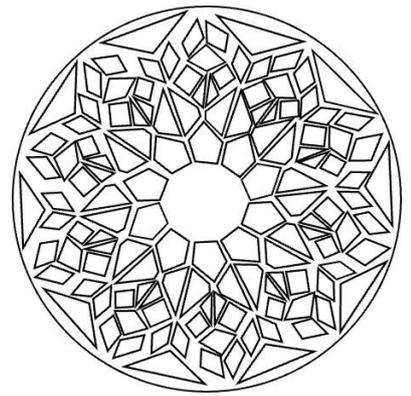


Pour déposer nos tristesses et nos joies en dessinant

Prenez trois crayons ou feutres, un bleu foncé, un bleu clair et un jaune

Prenez une feuille blanche ou imprimez la rosace

En lien avec notre invité du jour qui est un dessinateur, nous allons dessiner notre prière.



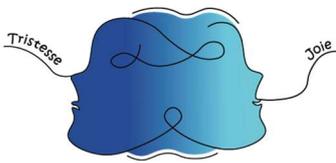
- ★ Pendant un temps de silence ou sur une musique que vous aimez, priez et coloriez en même temps.
- ★ D'abord en utilisant les deux bleus, coloriez-les formes avec des angles.
 - Si vous partez d'une feuille blanche, dessinez des formes avec des angles et coloriez-les.
 - soit en bleu foncé pour penser aux tristesses que vous avez vécues ou que d'autres ont vécues.
 - Soit en bleu clair pour penser aux joies que vous avez vécues ou que d'autres ont vécues
 - Vous colorez une forme pour une tristesse ou pour une joie
 - Commencez ce temps en disant par exemple :
 - *Dieu de lumière, dans nos vies se mélangent tristesses et joies, dans la vie de nos proches également, ainsi que dans celle du monde.*
 - *Nous voulons prendre le temps pour y penser et te les remettre dans ta lumière.*
- ★ Une fois que vous avez déposé vos tristesses et vos joies, même si le dessin n'est pas tout rempli, prenez le crayon jaune et coloriez les entre-deux.
 - Commencez ce temps en disant par exemple :
 - *Dieu de lumière, viens illuminer nos vies par ta présence ;*
 - *Que ta lumière vienne habiter nos tristesses et faire rayonner nos joies.*
- ★ Terminez ce temps en écoutant une musique, par exemple « Allume une lumière dans mes yeux » interprété par Philippe Corset
 - <https://www.youtube.com/watch?v=ng0hn5eglc0>



Pour méditer le texte biblique

- ★ Lisez le texte biblique du jour, Luc 1, 39-56 ou regardez-le en langue des signes,
 - <https://www.youtube.com/watch?v=TFJpJY7nx0o>
 - Relevez un mot, une phrase qui vous touche, interpelle pendant un temps de silence, puis
 - Si vous êtes plusieurs, partagez chacun·e votre phrase
 - Si vous êtes seul·e, écrivez-la sur un post-it
- ★ Lisez la méditation qui est proposée sur le site
 - Qu'est-ce qui vous parle dans cette méditation ?
 - Voulez-vous ajouter un mot, une pensée suite à cette méditation ?

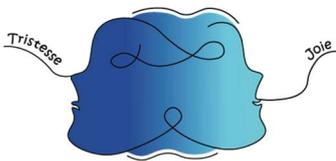




★ Prenez un temps autour du texte du Magnificat. Nous vous proposons de le faire vôtre. C'est une proposition qui vient du programme « Arrosons notre foi »¹

<i>Oui, vraiment le Seigneur est grand ! Je le chante ! Mon cœur est dans la joie à cause de Dieu qui me sauve.</i>	Pour Marie, Dieu est grand... Et pour vous, comment est Dieu ?	Oui, vraiment, Dieu est
<i>Il a fait attention à moi, sa servante sans importance. Oui, à partir de maintenant les gens de tous les temps diront mon bonheur. Le Dieu tout-puissant a fait pour moi des choses magnifiques.</i>	Il a fait attention à Marie qui n'était pas quelqu'un d'important. Qui sont actuellement les gens de moindre importance dans notre monde ?	Il fait attention à
<i>Son nom est saint. Il sera plein de bonté pour toujours envers ceux qui le respectent avec confiance.</i>	Pour vous, Dieu est bon envers qui, dans notre monde ?	Il sera plein de bonté pour
<i>Il agit avec beaucoup de puissance, il chasse ceux qui ont le cœur orgueilleux. Il renverse les rois de leurs sièges et il relève les petits.</i>	Qui est orgueilleux dans notre monde ? Qui sont les nouveaux rois ? Qui sont les petits dans notre monde ?	Il renverse les Il relève les
<i>Il donne beaucoup de richesses à ceux qui ont faim ; et les riches, il les renvoie les mains vides.</i>	Qui sont ceux qui ont faim dans notre monde ?	Il donne à ceux
<i>Il vient au secours du peuple d'Israël, son serviteur. Il n'oublie pas de montrer sa bonté. Voilà ce qu'il a promis à nos ancêtres, à Abraham et à sa famille pour toujours.</i>	Qui a besoin de secours dans notre monde ?	Il vient au secours de

¹ Arrosons notre foi – Larmes d'amour, <https://pointkt.org/animations/arrosons-notre-foi-larmes-damour-luc-1-26-235-extraits/>



- ★ Terminez en écoutant ou chantant un chant de l'Avent tel que « Toi qui es lumière » - Alléluia 31/28
 - <https://www.youtube.com/watch?v=eOBnZGc5I30>



Pour prier pour ouvrir nos regards

- ★ Ecoutez et regardez l'interview de Samuel Maire
 - Qu'est-ce qui vous plaît, touche, interpelle dans cet interview ?
- ★ Samuel parle du regard, du fait que dans le regard, on voit la tristesse et la joie.
 - Nous vous proposons une courte prière sur le regard, intitulée « Regarder notre terre » trouvée dans une église²

*Seigneur !
Je voudrais élargir et purifier mon regard,
je voudrais tout regarder,
comme Toi, Tu regardes les choses,
les êtres et les personnes.*



*Avec ton regard, Seigneur,
je verrais l'univers,
notre bonne Terre et l'humanité,
comme Toi, mon Père, tu les vois.*

*Je verrais Seigneur,
comment ton plan d'amour se réalise...
Je verrais que Tu es présent,
Source de toute bonté,
dans la moindre palpitation de vie.*

- Vous pouvez compléter la prière en vous y associant
 - *Avec ton regard, Seigneur, je verrais....*

Pour terminer:

- ★ Dites tous ensemble la prière du jour
- ★ Une musique
 - Classique à écouter : *Magnificat* de Jean-Sébastien Bach
 - Un extrait de 3 min :
<https://www.youtube.com/watch?v=fUt88ImPV-E>
 - Version complète de 30 min :
<https://www.youtube.com/watch?v=QQAQqqaUTHE>
 - Pour enfants : *Magnificat* interprété par Philippe Corset
 - <https://www.youtube.com/watch?v=ozyIV5Hd8eI>



² <http://www.prier.be/textes/PR0467.HTM>