

Françoise Delbouille, Alex Vincke,  
Erik De Ridder, Michel Bacq

Mise à jour du 06/05/2025

# Partageons ce qui nous donne vie



**Chacun est expert  
de sa propre expérience**



# Table des matières

1. POURQUOI PARTAGER ? .....	4
2. CONSEILS POUR LANCER UN PETIT GROUPE DE PARTAGE .....	4
3. DÉROULEMENT D'UNE RÉUNION.....	5
4. RÉCITS.....	7
PARTAGEONS NOS DÉSIRS, NOS RÊVES .....	7
JÉSUS PREND PART À NOS CONVERSATIONS .....	8
LE SEIGNEUR FAIT POUR NOUS DES MERVEILLES.....	9
LE FILS DE DIEU S'EST FAIT L'UN DE NOUS.....	10
AUJOURD'HUI NOUS EST NÉ UN SAUVEUR.....	11
PARTAGEONS NOS PROFONDES EXPÉRIENCES DE DIEU.....	12
JÉSUS NOUS DONNE L'ESPRIT SAINT .....	13
JÉSUS EST VENU SAUVER CE QUI ÉTAIT PERDU .....	15
SIMON-PIERRE VEUT PROTÉGER JÉSUS ET ABUSE DE SON AUTORITÉ .....	16
TRADUIRE TOUT REPROCHE EN BESOIN NON SATISFAIT .....	17
JÉSUS SE LAISSE INTERPELER.....	18
LAZARE, VIENS DEHORS !.....	19
JÉSUS RESSUSCITÉ NOUS DONNE SA PAIX .....	20
PETITE INCURSION DANS UN AU-DELÀ.....	21
LES CONSÉQUENCES INCONTOURNABLES DE NOS PARTAGES .....	22
MON IMAGE DE DIEU.....	23
DÉMONS, SATAN ET PARDON.....	24
LE LINCEUL VIDE .....	26

## Avertissements

- La copie de ce texte est libre de droit. Toute reproduction à des fins commerciales requiert l'accord préalable et écrit des auteurs
- Les citations bibliques sont tirées de la traduction officielle liturgique de la Bible. © AELF – Paris – 1980.
- Dans le texte, plusieurs formulations peuvent se rapporter aussi bien à une femme qu'à un homme.

## Contacts

Les auteurs du document seront heureux de recevoir vos suggestions et vos retours.

Françoise Delbouille, [francoise.delbouille1203@gmail.com](mailto:francoise.delbouille1203@gmail.com)

Alex Vincke, [alex\\_vincke1506@yahoo.fr](mailto:alex_vincke1506@yahoo.fr)

Erik De Ridder, [1erikdr@gmail.com](mailto:1erikdr@gmail.com)

Michel Bacq sj, [michel.bacq43@gmail.com](mailto:michel.bacq43@gmail.com)

# 1. Pourquoi partager ?

Lorsqu'elles sont partagées en lien avec l'Évangile, nos **vies** de tous les jours ouvrent nos cœurs à la **Vie** en plénitude. Les paroles de la Bible éclairent nos vies d'une lumière nouvelle. Et, réciproquement, nos expériences vécues éclairent d'un sens nouveau les paroles de la Bible.

« *Quand deux ou trois sont réunis en mon nom, je suis là, au milieu d'eux* » (Mt 18, 20). Nous en avons fait l'expérience, Françoise, Alex, Erik et Michel, les auteurs de ce livret. Comme les disciples d'Emmaüs (p. 8), nous avons reconnu le timbre de la voix de Jésus, et nos cœurs sont devenus brûlants.

Cette expérience, nous vous invitons à la faire à votre tour.

Parcourez ces pages. Si l'envie vous prend d'expérimenter ce qui est écrit, réunissez-vous à quelques-uns et lancez un petit groupe de partage. Ou bien, si vous êtes déjà membres d'un groupe de partage ou d'un groupe d'Église, proposez-lui de suivre, par exemple durant une année, ce qui est proposé ci-dessous.

Il n'est pas nécessaire d'avoir suivi des cours bibliques pour se lancer. « *L'Esprit Saint que le Père enverra en mon nom, Lui, vous enseignera tout* » (Jn 14,26).

Les membres de l'assemblée synodale d'octobre 2023 nous donnent l'exemple. Ils se sont réunis par petites tables de partage dans la grande salle Paul VI pour recevoir les uns des autres ce que l'Esprit voulait leur enseigner. Le pape François lui-même était attablé avec eux.

## 2. Conseils pour lancer un petit groupe de partage

Dans le petit groupe, il est préférable de ne pas être plus de 5 ou 6, sinon certains auront tendance à se taire. Il est possible de commencer à 3 ou 4, ou même à deux, en couple par exemple.

Choisissez où et quand vous vous réunirez, à quel rythme (tous les mois, tous les quinze jours...), et pour quelle durée, entre 1h30 et 2 heures. Comme vous êtes peu nombreux, il sera aisé de changer rapidement une date qui ne conviendrait plus à tous. Car il est important que tous participent à chacune des rencontres (sauf cas de force majeure : maladie etc...). Dans ces rencontres nous cheminons ensemble. Nous nous enrichissons de la Parole priée et vécue par chacun.

Dans le chapitre n° 4, vous trouverez des *récits*. Ils relatent des expériences de vie qui ont pour but d'amorcer le partage de vos propres expériences de vie. Choisissez un récit comme thème d'une réunion. Il n'est pas nécessaire de prendre les récits dans l'ordre proposé. Ceci vous permet, à tout moment, d'accueillir aisément une nouvelle personne dans votre groupe.

La vie aspire à se propager. Lorsqu'au bout d'un certain temps, de façon régulière, vous serez plus de 6, ayez à cœur de vous scinder en deux groupes, comme le font les cellules d'un corps vivant. Et accueillez des nouveaux dans chaque groupe. Notez qu'en se scindant les cellules d'un corps ne se quittent pas, elles restent unies les unes aux autres et participent à la croissance du corps. A vous de trouver la manière de faire de même.

Il serait par exemple possible que vous choisissiez pour vos réunions suivantes, la même heure et le même lieu. Et vous pourriez terminer par un partage et une prière tous ensemble durant 10 minutes.

### 3. Déroulement d'une réunion

Choisissez en endroit **calme** et rendez-le propice à une rencontre chaleureuse. Veillez à ce que tout le monde puisse **bien se voir**. Allumez éventuellement une **bougie**.

Choisissez un **gardien de l'heure**. Il fera un petit geste discret pour indiquer à la personne qui parle que le temps qui lui est imparti est presque terminé. Vous éviterez ainsi que quelqu'un monopolise la parole, parfois même sans s'en rendre compte.

**Présentez-vous brièvement** (maximum 1 min. par personne) si c'est la première fois que vous vous rencontrez, ou si vous accueillez une ou des nouvelles personnes.

**Partagez chacun** (max. 1 min.) un évènement personnel important vécu depuis votre dernière rencontre : décès, réussite, échec, rencontre, surprise... Ou bien dites en un mot dans quel état d'esprit vous êtes en ce moment.

**Choisissez un récit** qui vous attire dans le chapitre n° 4, et écoutez-le ensemble. Vous pouvez aussi l'avoir choisi dans les jours qui précèdent, ou lors de votre dernière rencontre.

**Entonnez un chant** si vous vous y sentez portés.

**Lisez ensemble la demande de grâce** au Seigneur. Cette demande diffère pour chaque récit. Nous demandons l'aide de l'Esprit Saint, (Jn 47, 47) ce mystérieux partenaire qui va se joindre à notre conversation.

**Prenez alors chacun un bon temps personnel de silence** (15 à 30 min.) Il comprend :

- La **méditation** proprement dite grâce aux *pistes de méditation* proposées. Elles sont différentes pour chaque récit.
- La **conversation avec le Seigneur** (toujours de la même manière) : je parle à Jésus dans mon cœur, et j'ose croire qu'il m'écoute attentivement. J'imagine ce qu'il pourrait me dire. Si cela m'aide, j'écris :
  - Jésus : ...
  - Moi : ...
  - Jésus : ...
  - Moi : ...J'observe les sentiments que ce dialogue produit en moi. Je ressens de la joie, de l'espérance ? Si oui, j'en rends grâce au Seigneur.
- La **conclusion** (toujours de la même manière) : qu'est-ce qui a particulièrement résonné en moi durant ce temps personnel d'intériorité ? Qu'est-ce que je choisis d'en partager aux autres ? Je le note en quelques mots car cela me permettra d'écouter les autres sans me soucier de ce que j'aurai à dire lorsque sera venu mon tour de parole.

Passez ensuite au **partage entre vous**. Voici comment procéder.

Ménagez **trois tours de partage**, avec un petit temps de silence entre les deux premiers tours. Ces trois tours de paroles ne seront pas d'égale durée et le gardien de l'heure devra être vigilant. Si, par exemple, 45 min. sont prévues pour l'ensemble des trois tours, vous pourrez en consacrer 25 au premier tour, 15 au deuxième, et 5 au troisième. Si vous êtes 5, un rapide calcul montre combien de temps est offert à chacun pour chaque tour : 5, 3 et 1 minute. Cette répartition du temps sera ressentie comme fort tatillonne lors des premières réunions. Nous vous encourageons à l'essayer. Chacun sera stimulé à bien préparer ce qu'il souhaite partager. Lors de l'évaluation à la fin de chaque réunion vous verrez s'il y a lieu de modifier cette répartition du temps lors de votre prochaine rencontre.

- Premier tour de partage. À tour de rôle, chacun livre ce qu'il a choisi de partager à la fin de son temps personnel de méditation. Les autres écoutent sans intervenir, si ce n'est pour demander une explication de compréhension. Veillez à partager avec le cœur.
- Petit temps de silence (environ 1 min.). Chacun se pose les questions : « Qu'est-ce qui a résonné en moi dans ce qu'ont partagé les autres ? Qu'est-ce qui m'a donné joie, élan ? Ou, au contraire, qu'est-ce qui m'a découragé ? » On le voit, il ne s'agit pas de se demander : « Qui a raison, qui a tort ? » Nous partageons des expériences. Chacun est expert de sa propre expérience.
- Deuxième tour de partage. Celles et ceux qui le souhaitent expriment ce qui leur est monté au cœur lors de ce petit temps de silence. Des interactions sont maintenant bienvenues. Si quelqu'un souhaite partager quelque chose de difficile il peut prendre un « bâton de parole », ou un simple bic déposé à cet effet au centre du cercle de partage. Tant qu'il garde en main le bâton de parole, il est sûr qu'il ne sera pas interrompu, même s'il se tait pour chercher ses mots ou lorsque l'émotion est trop grande. Recourir au bâton de parole est aussi fort utile lorsque tous veulent parler en même temps.
- Troisième tour de partage.  
Celles et ceux qui en ressentent l'élan formulent un merci pour ce qui les a éclairés, ce qui les a fait bouger. Il est bon d'explicitier le mieux possible à quel moment de la rencontre ils ont ressenti davantage une aide bienfaisante de la part de Celui à qui l'on peut donner plusieurs noms : Esprit Saint, énergie divine d'amour, Transcendance....

## **Évaluation**

Clôturez votre réunion en vous demandant d'abord chacun en silence : « Qu'est-ce qui dans la manière de partager m'a aidé. Qu'est-ce qui, au contraire, a fait obstacle ? Comment améliorer la prochaine fois ? » Puis, partagez vos évaluations et prenez ensemble une décision pour progresser dans votre manière de faire.

## 4. Récits

### Partageons nos désirs, nos rêves

L'énergie qui nous met en route, c'est la force de nos désirs, de nos soifs ardentes, de nos aspirations les plus légitimes, de nos besoins les plus profondément humains : le besoin de contribuer au bien-être de nos semblables, de donner généreusement la vie et de la recevoir avec gratitude, de nous sentir utiles, d'oser quitter ce qui est devenu sclérosé pour nous lancer dans du neuf... La Sagesse nous met en garde : « Jamais tu ne réaliseras les rêves que tu ne t'es pas permis d'avoir. »

Voici, tirées des Évangiles, des paroles de personnes qui ont pris au sérieux des rêves fous :

*« Que tous soient un [dit Jésus], comme toi Père tu es en moi et moi en toi. Qu'ils soient un en nous, eux aussi, pour que le monde croie que tu m'as envoyé » (Jn 17, 21).*

*« Je suis venu apporter un feu sur la terre, [dit Jésus] et comme je voudrais qu'il soit déjà allumé » (Lc 12, 49).*

*« Deux disciples [de Jean-Baptiste...] suivirent Jésus. Se retournant, Jésus vit qu'ils le suivaient, et leur dit : « Que cherchez-vous ? » Ils lui répondirent : « Rabbi – ce qui veut dire : Maître –, où demeures-tu ? » Il leur dit : « Venez, et vous verrez. » Ils allèrent donc, ils virent où il demeurerait, et ils restèrent auprès de lui ce jour-là. C'était vers la dixième heure (environ quatre heures de l'après-midi) (Jn 1, 37-39).*

*« Jésus dit [à Bartimée] : "Que veux-tu que je fasse pour toi ?" L'aveugle lui dit : "Rabbouni, que je retrouve la vue !" Et Jésus lui dit : "Va, ta foi t'a sauvé." Aussitôt l'homme retrouva la vue, et il suivait Jésus sur le chemin » (Mc 10, 46-52).*

#### **Demande**

« Seigneur, donne-moi d'être conscient de mes aspirations, désirs et rêves les plus profonds »

#### **Pistes pour la méditation personnelle**

- **Je me laisse toucher par ces paroles.** Qu'est-ce qu'elles éveillent en moi ?
- **J'applique ces récits à ma vie.** Je laisse monter en moi mes désirs les plus profonds, les plus fous, pour mon couple, ma famille, mon travail, ma région, la Planète. Quel désir me brûle le cœur ? J'imagine que je sois proche de la mort ; qu'aimerais-je avoir réalisé dans ma vie ?

**Conversation avec le Seigneur, conclusion de ce temps personnel, partage :** voir l'explication au n° 3, à la fin de la p. 5 et p. 6.

## Jésus prend part à nos conversations

**Évangile** : Lc 24, 13-32.

« [Le premier jour de la semaine,] deux disciples faisaient route vers un village appelé Emmaüs, à deux heures de marche de Jérusalem, et ils parlaient entre eux de tout ce qui s'était passé. Or, tandis qu'ils s'entretenaient et s'interrogeaient, Jésus lui-même s'approcha, et il marchait avec eux. Mais leurs yeux étaient empêchés de le reconnaître. Jésus leur dit : "De quoi discutez-vous en marchant ?" Alors, ils s'arrêtèrent, tout tristes.

L'un des deux, nommé Cléophas, lui répondit : "Tu es bien le seul étranger résidant à Jérusalem qui ignore les événements de ces jours-ci." Il leur dit : "Quels événements ?" Ils lui répondirent : "Ce qui est arrivé à Jésus de Nazareth, cet homme qui était un prophète puissant par ses actes et ses paroles devant Dieu et devant tout le peuple : comment les grands prêtres et nos chefs l'ont livré, ils l'ont fait condamner à mort et ils l'ont crucifié. Nous, nous espérions que c'était lui qui allait délivrer Israël. Mais avec tout cela, voici déjà le troisième jour qui passe depuis que c'est arrivé.

À vrai dire, des femmes de notre groupe nous ont remplis de stupeur. Quand, dès l'aurore, elles sont allées au tombeau, elles n'ont pas trouvé son corps ; elles sont venues nous dire qu'elles avaient même eu une vision : des anges, qui disaient qu'il est vivant. Quelques-uns de nos compagnons sont allés au tombeau, et ils ont trouvé les choses comme les femmes l'avaient dit ; mais lui, ils ne l'ont pas vu."

Il leur dit alors : "Esprits sans intelligence ! Comme votre cœur est lent à croire tout ce que les prophètes ont dit ! Ne fallait-il pas que le Christ souffrît cela pour entrer dans sa gloire ?" Et, partant de Moïse et de tous les Prophètes, il leur interpréta, dans toute l'Écriture, ce qui le concernait.

Quand ils approchèrent du village où ils se rendaient, Jésus fit semblant d'aller plus loin. Mais ils s'efforcèrent de le retenir : "Reste avec nous, car le soir approche et déjà le jour baisse." Il entra donc pour rester avec eux. Quand il fut à table avec eux, ayant pris le pain, il prononça la bénédiction et, l'ayant rompu, il le leur donna. Alors leurs yeux s'ouvrirent, et ils le reconnurent, mais il disparut à leurs regards. Ils se dirent l'un à l'autre : "Notre cœur n'était-il pas brûlant en nous, tandis qu'il nous parlait sur la route et nous ouvrait les Écritures ?"

### Demande

« Seigneur, donne-moi d'oser croire que tu t'intéresses à moi,  
à ce qui me fait souffrir et à ce qui me désespère »

### Pistes pour la méditation personnelle

- **Je me laisse toucher par le récit de l'Évangile.** Par le regard de l'imagination, je vois et j'entends les disciples désabusés. Je vois Jésus qui les rejoint, se fait proche d'eux et se rend présent à leur souffrance. Je l'entends leur rappeler l'essentiel de la Bonne Nouvelle : « Si le grain de blé tombé en terre ne meurt pas, il reste seul ; mais s'il meurt, il porte beaucoup de fruit » ( Jn 12, 24). J'observe que le cœur des disciples devient brûlant lorsqu'ils écoutent Jésus leur parler.
- **J'applique ce récit à ma vie.** Je me remets en mémoire des déceptions, des événements douloureux encore bien vivaces en moi. Je mets mon expérience personnelle en regard de celle des disciples conversant avec Jésus sur la route vers Emmaüs. Je me rappelle que Jésus ressuscité est présent dans mon cœur et que je puis converser avec lui.

**Conversation avec le Seigneur, conclusion de ce temps personnel, partage** : voir l'explication au n° 3, à la fin de la p. 5 et p. 6.

## Le Seigneur fait pour nous des merveilles

*Ce qui suit est raconté par Merlin Carothers (1924-2013) pasteur méthodiste américain, aumônier de l'armée. (De la prison à la louange, Foi et Victoire, 1974, pp. 98 à 104.)*

Cela se passe durant la guerre du Vietnam (1975-1975). Ron est militaire, il vient trouver Merlin, son aumônier.

- Je suis appelé à partir au Vietnam, dit Ron, et mon épouse, Sue, en est complètement démoralisée. Elle menace même de se suicider. Elle n'a que moi au monde. Petite, elle a été adoptée et n'a pas de famille.
- Très bien, lui dit Merlin. Venez tous deux dans mon bureau.

Lorsqu'ils se retrouvent à trois, Merlin ouvre sa bible au verset 28 du chapitre 8 de la lettre de Saint Paul aux Romains et lit : « *Quand les hommes aiment Dieu, lui-même fait tout contribuer à leur bien* ». Il dit alors au couple :

- Nous allons nous agenouiller et remercier Dieu.

Sue et Ron sont abasourdis :

- Comment ? Remercier Dieu alors que Sue va se retrouver seule ?
- Nous remercions Dieu parce qu'il fait tout contribuer à notre bien. Tout, même ce qui est dramatique. Rappelez-vous : de la mort horrible de Jésus sur une croix a jailli une grâce immense pour l'Humanité. Non seulement Jésus est ressuscité, mais ses disciples qui avaient perdu toute espérance, sont redevenus des vivants à 100 %.

Ron et Sue acceptent de s'agenouiller. Ils font un vif effort pour combattre leur scepticisme. Et ils rendent grâce parce que Dieu est à l'œuvre dans cette situation dramatique et qu'il en tire du bien.

Puis Ron retourne dans son unité et Sue repasse par la salle d'attente. Il s'y trouve un militaire avec lequel elle engage la conversation. Il ouvre un dossier. Il s'y trouve une photo. Sue lui demande :

- Qui est-ce ?
- C'est ma mère.
- Pas du tout, c'est ma mère à moi, lui dit Sue. Toute petite j'ai été adoptée. J'ai vu le dossier d'adoption. Cette même photo s'y trouvait.

Sue venait de découvrir un frère de sang. Et cela, quelques minutes après avoir rendu grâce à Dieu qui fait tout contribuer à notre bien. Elle n'était plus seule au monde.

### **Demande**

« Seigneur, donne-moi d'oser croire que dans telle situation dramatique de ma vie, tu fais tout concourir à mon bien »

### **Pistes pour la méditation personnelle**

- **Je me laisse toucher par le récit.** Qu'est-ce qu'il éveille en moi ? Je remarque ceci : dire merci dans une situation dramatique ne va pas nécessairement changer la situation en événement merveilleux, comme ce fut le cas pour Sue et Ron. Mais dire merci au Seigneur va toujours changer mon cœur et l'ouvrir à la force de l'Esprit Saint pour qu'à travers cette épreuve un bien advienne.
- **J'applique ce récit à ma vie.** (a) Ai-je le souvenir de coïncidences merveilleuses dans ma propre vie ? (b) Je me remémore une situation dramatique de mon existence. Je m'efforce de dire merci à Dieu d'agir au sein de cette épreuve.

**Conversation avec le Seigneur, conclusion de ce temps personnel, partage : voir l'explication au n° 3, à la fin de la p. 5 et p. 6.**

## Le Fils de Dieu s'est fait l'un de nous

### Texte d'après le n° 102 des Exercices Spirituels de St Ignace

Dans leur éternité, les trois Personnes divines – le Père, le Fils et l'Esprit Saint – regardent la Terre. Elles voient les humains qui endurent tant de souffrances. Elles sont émues de compassion. Elles se concertent et décident, d'un commun accord, que le Fils de Dieu se ferait homme pour porter secours au genre humain. Les temps étant arrivés à leur plénitude, elles envoient l'ange Saint Gabriel à Marie.

### Texte de l'Évangile de Lc 1, 28-38

*« L'ange entra chez [Marie] et dit : " Je te salue, comblée-de-grâce, le Seigneur est avec toi." À cette parole, elle fut toute bouleversée, et elle se demandait ce que pouvait signifier cette salutation. L'ange lui dit alors : « "Sois sans crainte, Marie, car tu as trouvé grâce auprès de Dieu. Voici que tu vas concevoir et enfanter un fils ; tu lui donneras le nom de Jésus. Il sera grand, il sera appelé Fils du Très-Haut [...]. »*

*Marie dit à l'ange : « Comment cela va-t-il se faire puisque je ne connais pas d'homme ?"*

*L'ange lui répondit : " L'Esprit Saint viendra sur toi [...]. Or voici que, dans sa vieillesse, Élisabeth, ta parente, a conçu, elle aussi, un fils et en est à son sixième mois, alors qu'on l'appelait la femme stérile. Car rien n'est impossible à Dieu. "*

*Marie dit alors : " Voici la servante du Seigneur ; que tout m'advienne selon ta parole." Alors l'ange la quitta. »*

### Demande

« Seigneur, accorde-moi d'être comme Marie,  
pleinement ouvert à l'œuvre de l'Esprit Saint en moi »

### Pistes pour la méditation personnelle

- **Je me laisse toucher par ce récit.** Je contemple les personnes (les trois Personnes divines, Marie, l'ange), ce qu'elles disent, ce qu'elles font.
- **J'applique ce récit à ma vie.** En quoi ce récit me rejoint-il, me parle-t-il ?

**Conversation avec le Seigneur, conclusion de ce temps personnel, partage :** voir l'explication au n° 3, à la fin de la p. 5 et p. 6.

## Aujourd'hui nous est né un sauveur

**Texte :** Lc 2, 1-20

*« En ces jours-là, parut un édit de l'empereur Auguste, ordonnant de recenser toute la terre.*

*Ce premier recensement eut lieu lorsque Quirinius était gouverneur de Syrie.*

*Et tous allaient se faire recenser, chacun dans sa ville d'origine.*

*Joseph, lui aussi, monta de Galilée, depuis la ville de Nazareth, vers la Judée, jusqu'à la ville de David appelée Bethléem. Il était en effet de la maison et de la lignée de David.*

*Il venait se faire recenser avec Marie, qui lui avait été accordée en mariage et qui était enceinte. Or, pendant qu'ils étaient là, le temps où elle devait enfanter fut accompli.*

*Et elle mit au monde son fils premier-né ; elle l'emballota et le coucha dans une mangeoire, car il n'y avait pas de place pour eux dans la salle commune.*

*Dans la même région, il y avait des bergers qui vivaient dehors et passaient la nuit dans les champs pour garder leurs troupeaux.*

*L'ange du Seigneur se présenta devant eux, et la gloire du Seigneur les enveloppa de sa lumière. Ils furent saisis d'une grande crainte.*

*Alors l'ange leur dit : "Ne craignez pas, car voici que je vous annonce une bonne nouvelle, qui sera une grande joie pour tout le peuple : Aujourd'hui, dans la ville de David, vous est né un Sauveur qui est le Christ, le Seigneur. Et voici le signe qui vous est donné : vous trouverez un nouveau-né emmaillotté et couché dans une mangeoire."*

*Et soudain, il y eut avec l'ange une troupe céleste innombrable, qui louait Dieu en disant :*

*"Gloire à Dieu au plus haut des cieux, et paix sur la terre aux hommes, qu'Il aime."*

*Lorsque les anges eurent quitté les bergers pour le ciel, ceux-ci se disaient entre eux : "Allons jusqu'à Bethléem pour voir ce qui est arrivé, l'événement que le Seigneur nous a fait connaître." Ils se hâtèrent d'y aller, et ils découvrirent Marie et Joseph, avec le nouveau-né couché dans la mangeoire. Après avoir vu, ils racontèrent ce qui leur avait été annoncé au sujet de cet enfant. Et tous ceux qui entendirent s'étonnaient de ce que leur racontaient les bergers.*

*Marie, cependant, retenait tous ces événements et les méditait dans son cœur.*

*Les bergers repartirent ; ils glorifiaient et louaient Dieu pour tout ce qu'ils avaient entendu et vu, selon ce qui leur avait été annoncé ».*

### **Demande**

« Seigneur, aide-moi à t'accueillir »

### **Pistes pour la méditation personnelle**

- **Je me laisse toucher par ce récit.** Je contemple Marie, Joseph, Jésus, les bergers. Que font-ils ? Que disent-ils ? Que ressentent-ils ?
- **J'applique ce récit à ma vie.** Je regarde la crèche. Où ai-je envie de me poser, de me reposer ? Quel est le personnage ou l'objet qui me représente le plus dans cette scène ? Je vois les événements intérieurs et extérieurs de ma propre vie, du monde, de la terre dont je fais partie. Avec fluidité, sans me crisper, je lâche prise et j'accueille ce qui m'est donné. Dans ma pauvreté ai-je une crainte ? Oserais-je prendre l'enfant Jésus dans mes bras ? Que fait-il ? Rire, pleurer ? Et moi, quelles émotions m'habitent ? Qu'est-ce que je souhaite faire, dire, être ? Qu'est-ce qui me monte au cœur ? J'écoute et j'accueille.

**Conversation avec le Seigneur, conclusion de ce temps personnel, partage :** voir l'explication au n° 3, à la fin de la p. 5 et p. 6.

## Partageons nos profondes expériences de Dieu

### Récits bibliques

« Dès que Jésus fut baptisé, il remonta de l'eau, et voici que les cieux s'ouvrirent : il vit l'Esprit de Dieu descendre comme une colombe et venir sur lui. Et des cieux, une voix disait : "Celui-ci est mon Fils bien-aimé, en qui je trouve ma joie" » (Mt 3, 16-17).

« Venez voir un homme qui m'a dit tout ce que j'ai fait. Ne serait-il pas le Christ ? » (Jn 4, 29).

« Il y a une chose que je sais : j'étais aveugle, et à présent je vois... Il m'a ouvert les yeux » (Jn 9, 25 et 30).

« [Les deux disciples] racontaient ce qui s'était passé sur la rout [ d'Emmaüs] et comment le Seigneur s'était fait reconnaître par eux à la fraction du pain » (Lc 24, 35).

« J'ai entendu une voix [dit Paul,] qui me disait en araméen : "Saul, Saul, pourquoi me persécuter ? Il est dur pour toi de résister à l'aiguillon." Et moi je dis : "Qui es-tu, Seigneur ?" Le Seigneur répondit : "Je suis Jésus, celui que tu persécutes" » (Ac 14, 14-15).

### Demande

« Seigneur, donne-moi de te reconnaître dans ma vie »

### Pistes pour la méditation

- **Je me laisse toucher par ces récits.** Par le regard de l'imagination, je vois et j'entends les personnes qui s'y expriment. Elles racontent ce qui s'est passé, comment Dieu s'est fait connaître à elles.
- **J'applique ces récits à ma vie.** Je me remets en mémoire l'une ou l'autre expérience spirituelle importante dans ma vie. Je ravive mes souvenirs : lieux, personnes, événements marquants. Je prends conscience de la manière dont Dieu s'est fait connaître à moi.

**Conversation avec le Seigneur, conclusion de ce temps personnel, partage :** voir l'explication au n° 3, à la fin de la p. 5 et p. 6.

## Jésus nous donne l'Esprit Saint

### Notes explicatives du texte qui suit :

- Les Samaritains étaient séparés de la foi juive officielle. Ils étaient considérés comme hérétiques par les membres du peuple juif.
- Habituellement les hommes n'adressaient pas la parole aux femmes.
- Un psaume compare la soif de Dieu à celle d'un cerf cherchant l'eau vive : « *Comme un cerf altéré cherche l'eau vive, ainsi mon âme te cherche toi, mon Dieu. Mon âme a soif de Dieu, le Dieu vivant* » (Ps 41, 2-3).
- Ici, l'expression « eau vive » désigne l'Esprit Saint, l'Amour divin, la Vie qui coule du cœur de Dieu.
- La Samaritaine expérimente que Jésus la connaît de façon intime. Il connaît le drame de sa vie : l'échec de sa vie amoureuse. Elle en déduit qu'il reçoit cette connaissance de Dieu lui-même, et elle lui dit « *Tu es un prophète.* »
- Les Samaritains adoraient Dieu sur le mont Garizim. Un temple y avait jadis été érigé.

**Évangile** : Jn 4, 6-42. *Le texte est celui de la bible. Mais il est disposé de telle manière que plusieurs lecteurs peuvent en faire la lecture, de sorte qu'il soit plus vivant.*

- **Narrateur** : En ce temps-là, Jésus arriva à une ville de Samarie, appelée Sykar, près du terrain que Jacob avait donné à son fils Joseph. Là se trouvait le puits de Jacob. Jésus, fatigué par la route, s'était donc assis près de la source. C'était la sixième heure, environ midi. Arrive une femme de Samarie, qui venait puiser de l'eau. Jésus lui dit :
- **Jésus** : « Donne-moi à boire. »
- **Narrateur** : En effet, ses disciples étaient partis à la ville pour acheter des provisions. La femme lui dit :
- **La femme** : « Comment ! Toi, un Juif, tu me demandes à boire, à moi, une femme ? » En effet, les Juifs ne fréquentent pas les Samaritains. Jésus lui répondit :
- **Jésus** : « Si tu savais le don de Dieu et qui est celui qui te dit : "Donne-moi à boire", c'est toi qui lui aurais demandé, et il t'aurait donné de l'eau vive. »
- **La femme** : « Seigneur, tu n'as rien pour puiser, et le puits est profond. D'où as-tu donc cette eau vive ? Serais-tu plus grand que notre père Jacob qui nous a donné ce puits, et qui en a bu lui-même, avec ses fils et ses bêtes ? »
- **Jésus** : « Quiconque boit de cette eau aura de nouveau soif ; mais celui qui boira de l'eau que moi je lui donnerai n'aura plus jamais soif ; et l'eau que je lui donnerai deviendra en lui une source d'eau jaillissant pour la vie éternelle. »
- **La femme** : « Seigneur, donne-moi de cette eau, que je n'aie plus soif, et que je n'aie plus à venir ici pour puiser. »
- **Jésus** : « Va, appelle ton mari, et reviens. »
- **La femme** : « Je n'ai pas de mari. »
- **Jésus** : « Tu as raison de dire que tu n'as pas de mari : des maris, tu en as eu cinq, et celui que tu as maintenant n'est pas ton mari ; là, tu dis vrai. »

- **La femme** : « Seigneur, je vois que tu es un prophète ! ... Eh bien ! Nos pères ont adoré sur la montagne qui est là, et vous, les Juifs, vous dites que le lieu où il faut adorer est à Jérusalem. »
- **Jésus** : « Femme, crois-moi : l'heure vient où vous n'irez plus ni sur cette montagne ni à Jérusalem pour adorer le Père. Vous, vous adorez ce que vous ne connaissez pas ; nous, nous adorons ce que nous connaissons, car le salut vient des Juifs. Mais l'heure vient – et c'est maintenant – où les vrais adorateurs adoreront le Père en esprit et vérité : tels sont les adorateurs que recherche le Père. Dieu est esprit, et ceux qui l'adorent, c'est en esprit et vérité qu'ils doivent l'adorer. »
- **La femme** : « Je sais qu'il vient, le Messie, celui qu'on appelle Christ. Quand il viendra, c'est lui qui nous fera connaître toutes choses. »
- **Jésus** : « Je le suis, moi qui te parle. » [...]
- **Narrateur** : La femme, laissant là sa cruche, revint à la ville et dit aux gens :
- **La femme** : « Venez voir un homme qui m'a dit tout ce que j'ai fait. Ne serait-il pas le Christ ? »
- **Narrateur** : Ils sortirent de la ville, et ils se dirigeaient vers lui. [...] Beaucoup de Samaritains de cette ville crurent en Jésus, à cause de la parole de la femme qui rendait ce témoignage : « Il m'a dit tout ce que j'ai fait. » Lorsqu'ils arrivèrent auprès de lui, ils l'invitèrent à demeurer chez eux. Il y demeura deux jours. Ils furent encore beaucoup plus nombreux à croire à cause de sa parole à lui, et ils disaient à la femme : « Ce n'est plus à cause de ce que tu nous as dit que nous croyons : nous-mêmes, nous l'avons entendu, et nous savons que c'est vraiment lui le Sauveur du monde. »

### Demande

« Seigneur donne-moi ton Esprit Saint,  
remplis mon cœur de ton Amour »

### Pistes pour la méditation personnelle

- **Je me laisse toucher par le récit de l'Évangile.** Par le regard de l'imagination, je vois et j'entends Jésus et la Samaritaine dialoguer. Je me demande : « De quoi l'un et l'autre ont-ils soif ? Qu'est-ce qui a permis au dialogue de s'établir entre eux alors que tout pouvait les opposer ? Pourquoi Jésus demande-t-il à la Samaritaine d'appeler son mari ? Qu'est-ce que Jésus apprécie chez cette femme ? Qu'apprécie-t-elle chez Jésus ? ... »
- **J'applique ce récit à ma vie.** Je me mets en mémoire des relations difficiles, conflictuelles. Je mets mon expérience personnelle en regard de celle de la Samaritaine conversant avec Jésus. Je me rappelle que Jésus ressuscité est présent dans mon cœur et que je puis converser avec lui.

**Conversation avec le Seigneur, conclusion de ce temps personnel, partage** : voir l'explication au n° 3, à la fin de la p. 5 et p. 6.

## Jésus est venu sauver ce qui était perdu

**Évangile** : Lc 19, 1-10.

*« Entré dans Jéricho, Jésus traversait la ville. Survint un homme appelé Zachée. Il était percepteur d'impôts en chef. Et il était riche... Il cherchait à voir qui était Jésus. Mais il ne le pouvait à cause de la foule, parce qu'il était de petite taille. Il courut en avant et monta sur un sycomore afin de voir Jésus qui allait passer par là. Quand Jésus arriva à cet endroit, levant les yeux, il lui dit : " Zachée, descends vite : il me faut aujourd'hui demeurer dans ta maison." Vite Zachée descendit et l'accueillit tout joyeux.*

*Voyant cela, tous murmuraient ; ils disaient : "C'est chez un pécheur qu'il est allé loger."*

*Debout Zachée dit au Seigneur : "Eh bien ! Seigneur, je fais don aux pauvres de la moitié de mes biens et, si j'ai pris trop d'argent à quelqu'un, je lui rends le quadruple."*

*Alors Jésus dit : " Aujourd'hui, le salut est venu pour cette maison, car lui aussi est un fils d'Abraham. En effet, le Fils de l'homme est venu chercher et sauver ce qui était perdu... »*

### Commentaire

Cette attitude de non-condamnation est fondamentale. Jésus n'a condamné personne ; il est venu pour sauver et non pour condamner (Jn 12, 47). C'est là son message central. Et, pour le transmettre au monde, nous avons à le vivre ensemble. La rencontre de Jésus avec Zachée illustre à merveille cette attitude du Seigneur. Il s'agit d'une guérison du cœur qui a tous les effets d'un miracle. Alors que Zachée était vu comme un malfaiteur par son entourage et probablement par lui-même, le regard que Jésus pose sur lui chamboule tout. Ce regard est dénué de tout jugement. Un tel regard restaure Zachée dans sa nature originellement généreuse.

Le drame d'Adam et Eve (Gn 3, 1-5), c'est-à-dire de nous tous, est de condamner Dieu. Nous donnons crédit à une pensée venimeuse : « Dieu n'est pas bon. Il nous impose un interdit pour bien nous faire sentir que nous ne sommes que de viles créatures totalement dépendantes d'un Maître tout puissant. » Celui qui nous libère de cette pensée mortifère, c'est le Fils. Il vit sa dépendance envers le Père dans une gratitude absolue : il se réjouit de tout recevoir du Père : l'être, la vie, l'amour.

### Demande

« Seigneur, donne-moi de ne condamner personne, ni autrui, ni moi-même »

### Pistes pour la méditation personnelle

- **Je me laisse toucher par le récit de l'Évangile.** Par le regard de l'imagination, je vois et j'entends Jésus, Zachée, la foule. Je me demande : « Quel était le désir de Zachée ? Le désir de Jésus ? Quelles étaient les pensées de la foule ? »
- **J'applique ce récit à ma vie.** Je me remets en mémoire l'une ou l'autre relation difficile dans ma vie. Que me dit cet Évangile à ce sujet ?

**Conversation avec le Seigneur, conclusion de ce temps personnel, partage** : voir l'explication au n° 3, à la fin de la p. 5 et p. 6.

## Simon-Pierre veut protéger Jésus et abuse de son autorité

### Introduction

Ce récit marque un tournant dans la vie des disciples avec Jésus. Jusqu'alors Jésus s'est montré comme un homme puissant en actes et en paroles. Il opère des guérisons. Il attire les foules. Il suscite de grandes espérances. Mais il suscite aussi des inimitiés, des jalousies de la part des responsables religieux.

Au début du récit, Jésus se nomme lui-même « le Fils de l'homme ».

**Évangile** : Mth : 16, 43-23

*« Jésus, arrivé dans la région de Césarée-de-Philippe, demandait à ses disciples : "Au dire des gens, qui est le Fils de l'homme ?" Ils répondirent : « Pour les uns, Jean le Baptiste ; pour d'autres, Élie ; pour d'autres encore, Jérémie ou l'un des prophètes." Jésus leur demanda : "Et vous, que dites-vous ? Pour vous, qui suis-je ?" Alors Simon-Pierre prit la parole et dit : "Tu es le Christ, le Fils du Dieu vivant !" Prenant la parole à son tour, Jésus lui dit : "Heureux es-tu, Simon fils de Yonas : ce n'est pas la chair et le sang qui t'ont révélé cela, mais mon Père qui est aux cieux. Et moi, je te le déclare : Tu es Pierre, et sur cette pierre je bâtirai mon Église ; et la puissance de la Mort ne l'emportera pas sur elle. Je te donnerai les clés du royaume des Cieux : tout ce que tu auras lié sur la terre sera lié dans les cieux, et tout ce que tu auras délié sur la terre sera délié dans les cieux." Alors, il ordonna aux disciples de ne dire à personne que c'était lui le Christ. À partir de ce moment, Jésus commença à montrer à ses disciples qu'il lui fallait partir pour Jérusalem, souffrir beaucoup de la part des anciens, des grands prêtres et des scribes, être tué, et le troisième jour ressusciter. Pierre, le prenant à part, se mit à lui faire de vifs reproches : "Dieu t'en garde, Seigneur ! cela ne t'arrivera pas." Mais lui, se retournant, dit à Pierre : "Passe derrière moi, Satan ! Tu es pour moi une occasion de chute : tes pensées ne sont pas celles de Dieu, mais celles des hommes". »*

### Demande

« Aide-moi, Seigneur,  
à faire miennes les vues de Dieu »

### Pistes pour la méditation personnelle

- **Je me laisse toucher par ce récit.** Pierre veut protéger Jésus. Il estime folle et scandaleuse la perspective que le salut de l'humanité passe par la croix. Jésus a fait de multiples miracles. Il pourrait en faire un pour échapper à la croix. Pierre veut protéger Jésus. Et il a bien compris que Jésus le nommait « chef de son Église ». Fort de cette autorité nouvelle, il s'est comporté comme un « chef » : il a fait de vifs reproches à Jésus. Et Jésus l'a remis violement à sa place.
- **J'applique ce récit à ma situation.** En quoi ce récit me rejoint-il ? En quoi me parle-t-il ? En quoi me concerne-t-il ?

**Conversation avec le Seigneur, conclusion de ce temps personnel, partage** : voir l'explication au n° 3, à la fin de la p. 5 et p. 6.

## Traduire tout reproche en besoin non satisfait

*Un des grands préceptes de Jésus est : « Ne condamnez pas, et vous ne serez pas condamnés » (Lc 6,37). M. Rosenberg (1934-2015) explique comment procéder. Ce psychologue américain est le concepteur de la CNV (Communication NonViolente). Une clé de la CNV consiste à remplacer les accusations, les reproches, les condamnations par la formulation d'un ou plusieurs besoins insatisfaits. Voici un exemple.*

Dans une prison, M. Rosenberg rencontre un détenu en colère parce qu'il a écrit à la direction pour demander de suivre une formation, or après 3 semaines la direction n'a toujours pas répondu à sa lettre. En parlant de la direction, le détenu dit :

- Ce sont des gens qui se croient supérieurs et ils nous traitent comme des ordures. »
- Quel est votre besoin ? demande M. Rosenberg.
- Être respecté.
- Oui, mais plus précisément ?
- J'ai besoin de cette formation, car si je ne l'ai pas, à peine sorti de prison, je vais récidiver.
- Ok. Comment allez-vous obtenir ce que vous souhaitez ? En lançant à la figure du directeur : « Vous vous croyez supérieur et vous nous traitez comme des ordures ? » Ou bien en lui disant : « Monsieur le directeur, j'ai vraiment besoin de cette formation, sinon trois jours après ma libération je me retrouverai à nouveau en prison ? »

Si, dans un échange quelqu'un se met en colère, c'est paradoxalement une bonne chose. Car la colère est soutenue par une énergie, mais mal orientée. Nous pouvons transformer l'orientation de cette énergie en reformulant ces propos, en remplaçant l'accusation par un ou des besoins profondément humains non satisfaits par exemple le besoin de communion, de justice, d'écoute, de participation, de nourriture, d'air non pollué, de paix etc... L'Esprit Saint fera le reste.

### Demande

« Seigneur rends-moi conscient des besoins profondément humains que cachent des accusations »

### Pistes pour la méditation personnelle

- **Je me laisse toucher par ce récit.** Lorsque le détenu pensait : « J'ai besoin d'une réponse » ou « J'ai besoin de respect », il mettait en cause indirectement le directeur qui ne lui répondait pas et qui lui manquait de respect. Ce faisant, le détenu proférait implicitement une accusation contre le directeur, qui aurait dès lors eu tendance à se défendre, ce qui aurait coupé leur relation. Lorsque le détenu dit : « J'ai besoin d'une formation », il parle uniquement de lui-même et ne vise nullement le comportement du directeur. Il a donc beaucoup plus de chances que son besoin soit entendu et exaucé.
- **J'applique cela à ma situation.** Je me remémore une relation conflictuelle et je cherche à éliminer toute accusation de qui que ce soit (autrui ou moi) en précisant quel est mon besoin et quels pourraient être les besoins de la personne avec laquelle j'ai des difficultés.

**Conversation avec le Seigneur, conclusion de ce temps personnel, partage :** voir l'explication au n° 3, à la fin de la p. 5 et p. 6.

## Jésus se laisse interpeler

**Évangile** : Mt 15, 21-28. Ce qui suit est le texte biblique. Mais il est disposé de telle manière qu'il puisse être lu par plusieurs lecteurs, afin de le rendre vivant.

- **Narrateur** : *Voici qu'une Cananéenne, [venue des territoires non juifs de Tyr et Sidon], disait en criant :*
- **La femme** : « *Prends pitié de moi, Seigneur, fils de David ! Ma fille est tourmentée par un démon.* »
- **Narrateur** : *Mais il ne lui répondit pas un mot. Les disciples s'approchèrent pour lui demander :*
- **Les disciples** : « *Renvoie-la, car elle nous poursuit de ses cris !* »
- **Jésus** : « *Je n'ai été envoyé qu'aux brebis perdues de la maison d'Israël.* »
- **Narrateur** : *Mais elle vint se prosterner devant lui en disant :*
- **La femme** : « *Seigneur, viens à mon secours !* »
- **Jésus** : « *Il n'est pas bien de prendre le pain des enfants et de le jeter aux petits chiens.* »
- **La femme** : « *Oui, Seigneur ; mais justement, les petits chiens mangent les miettes qui tombent de la table de leurs maîtres.* »
- **Jésus** : « *Femme, grande est ta foi, que tout se passe pour toi comme tu le veux !* »
- **Narrateur** : *Et, à l'heure même, sa fille fut guérie.*

### Commentaire

Il nous est fait selon nos pensées. Voici trois types de pensées que cette maman aurait pu avoir concernant Jésus :

- « Je croyais que c'était un homme de Dieu. Or il vient de m'insulter en me traitant de chienne. Ce n'est donc pas un homme de Dieu. Je tourne les talons. »
- « C'est un homme de Dieu. Il me transmet la volonté de Dieu. Dieu ne veut pas que ma fille guérisse. Je me résigne. »
- « Cet homme de Dieu souffre d'une vision étriquée de sa mission. L'Esprit Saint me fait découvrir dans ce mot « chien » une vérité qui va pouvoir libérer la puissance salvifique de Dieu. Je jubile en ouvrant la bouche pour sortir cette trouvaille. »

### Demande

« Seigneur, libère en moi les paroles justes et vraies »

### Pistes pour la méditation personnelle

- **Je me laisse toucher par le récit de l'Évangile.** Par le regard de l'imagination, je vois et j'entends Jésus, la Cananéenne, les disciples. Qu'est-ce que ces dialogues éveillent en moi ?
- **J'applique ce récit à ma vie.** Je me remets en mémoire l'une ou l'autre rencontre importante dans ma vie. Je prends conscience de ce qui s'est passé lorsque j'ai osé parler.

**Conversation avec le Seigneur, conclusion de ce temps personnel, partage** : voir l'explication au n° 3, à la fin de la p. 5 et p. 6.

## Lazare, viens dehors !

**Évangile** : Jn 11, 3-7.17.20-27.33b-45

« En ce temps-là, Marthe et Marie, les deux sœurs de Lazare envoyèrent dire à Jésus : "Seigneur, celui que tu aimes est malade." En apprenant cela, Jésus dit : "Cette maladie ne conduit pas à la mort, elle est pour la gloire de Dieu, afin que par elle le Fils de Dieu soit glorifié." Jésus aimait Marthe et sa sœur, ainsi que Lazare. Quand il apprit que celui-ci était malade, il demeura deux jours encore à l'endroit où il se trouvait. Puis, après cela, il dit aux disciples : "Revenons en Judée." [...]

A son arrivée, Jésus trouva Lazare au tombeau depuis quatre jours déjà. Lorsque Marthe apprit l'arrivée de Jésus elle partit à sa rencontre, tandis que Marie restait assise à la maison. Marthe dit à Jésus : "Seigneur, si tu avais été ici, mon frère ne serait pas mort. Mais maintenant encore, je le sais tout ce que tu demanderas à Dieu, Dieu te l'accordera." Jésus lui dit : "Ton frère ressuscitera." Marthe reprit : "Je sais qu'il ressuscitera à la résurrection au dernier jour." Jésus lui dit : "Moi, je suis la résurrection et la vie. Celui qui croit en moi, même s'il meurt, vivra ; quiconque vit et qui croit en moi, ne mourra jamais. Crois-tu cela ?" Elle répondit : "Oui, Seigneur, je le crois : tu es le Christ, le Fils de Dieu, tu es celui qui viens dans le monde." [...]

Jésus en son esprit fut saisi d'émotion, il fut bouleversé, et il demanda : "Où l'avez-vous déposé ?" Ils lui répondirent : "Seigneur, viens et vois." Alors Jésus se mit à pleurer. Les Juifs disaient : "Voyez comme il l'aimait ! Mais certains d'entre eux dirent : "Lui qui a ouvert les yeux de l'aveugle, ne pouvait-il pas empêcher Lazare de mourir ?" Jésus, repris par l'émotion, arriva au tombeau. C'était une grotte fermée par une pierre. Jésus dit : "Enlevez la pierre." Marthe, la sœur du défunt, lui dit : "Seigneur, il sent déjà ; c'est le quatrième jour qu'il est là." Alors Jésus dit à Marthe : "Ne te l'ai-je pas dit ? Si tu crois, tu verras la gloire de Dieu." On enleva donc la pierre. Alors Jésus leva les yeux au ciel et dit : "Père, je te rends grâce parce que tu m'as exaucé. Je le savais bien, moi, que tu m'exauces toujours, mais je le dis à cause de la foule qui m'entoure, afin qu'ils croient que c'est toi qui m'as envoyé." Après cela, il cria d'une voix forte : "Lazare, viens dehors !" Et le mort sortit, les pieds et les mains liés par des bandelettes, le visage enveloppé d'un suaire. Jésus leur dit : "Déliiez-le, et laissez-le aller." Beaucoup de Juifs, qui étaient venus auprès de Marie et avaient donc vu ce que Jésus avait fait, crurent en lui. »

### Demande

« Seigneur, donne-moi de croire que tu peux et veux rendre vie à ce qui était mort »

### Pistes pour la méditation personnelle

- **Je me laisse toucher par ce récit.** Je vois les personnages un à un. J'entends ce qu'ils disent et le ton avec lequel ils le disent. J'observe ce qu'ils font. Je perçois ce qu'ils ressentent. Je détecte leurs désirs, leurs aspirations.
- **J'applique ce récit à ma propre vie.** Quelle place ai-je envie d'occuper dans cette scène ? Qu'est-ce que je ressens ? En quoi ce récit me rejoint-il ? Je me mets à la place de Lazare, malade, mourant, (mort). J'observe les réactions de mes proches. Est-ce que je désire ressusciter ? Ai-je l'espérance de ressusciter et puis-je croire que ma vie peut renaître ?

**Conversation avec le Seigneur, conclusion de ce temps personnel, partage** : voir l'explication au n° 3, à la fin de la p. 5 et p. 6.

## Jésus ressuscité nous donne sa paix

**Texte :** Jn 20 19-23

*« Le soir venu, en ce premier jour de la semaine, alors que les portes du lieu où se trouvaient les disciples étaient verrouillées par crainte des Juifs, Jésus vint, et il était là au milieu d'eux. Il leur dit : "La paix soit avec vous ! »*

*Après cette parole, il leur montra ses mains et son côté. Les disciples furent remplis de joie en voyant le Seigneur.*

*Jésus leur dit de nouveau : "La paix soit avec vous ! De même que le Père m'a envoyé, moi aussi, je vous envoie."*

*Ayant ainsi parlé, il souffla sur eux et il leur dit : "Recevez l'Esprit Saint. À qui vous remettrez ses péchés, ils seront remis ; à qui vous maintiendrez ses péchés, ils seront maintenus." »*

### **Demande**

« Seigneur, donne-moi d'accueillir ta paix »

### **Pistes pour la méditation personnelle**

- **Je me laisse toucher par ce récit.** Par le regard de l'imagination je vois la scène décrite dans le texte. Je regarde les personnages. J'entends ce que dit Jésus aux apôtres. J'imagine dans quel état d'esprit pouvaient être les apôtres avant la venue de Jésus. Pierre l'a renié. Les autres (sauf Jean) l'ont abandonné. Judas s'est donné la mort. C'est dans un tel contexte que Jésus dit : « Paix à vous »
- **J'applique ce récit à ma propre vie.** Jésus dit : « Paix à moi », « Paix à nous ». Comment cela résonne-t-il en moi ? Jésus a soufflé sur ses apôtres. Quel sens cela a-t-il pour moi, pour nous, ici et maintenant ?
- 

**Conversation avec le Seigneur, conclusion de ce temps personnel, partage :** voir l'explication au n° 3, à la fin de la p. 5 et p. 6.

## Petite incursion dans un au-delà

Ce récit nous est livré par madame Andrea Pfeifer. Elle est musicienne. Son instrument est la harpe. À la suite d'une intoxication alimentaire, elle a été envahie par une souffrance intolérable. Elle s'est allongée sur son lit et n'est plus parvenue à bouger. À un moment donné, elle n'a plu eu aucune conscience de son corps. Voici son témoignage (<https://www.youtube.com/watch?v=GLzcOFJ3O1o> de 4'40 à 6'26 et de 7,47 à 12'42 ; Le 2 mai 2020).

### Récit d'Andrea Pfeifer

Je me suis sentie tout à coup transportée dans l'espace [...] et j'observais ma vie, au-dessous, [...] Cela a provoqué en moi un sentiment de profonde tristesse. Cette tristesse était provoquée par le regret incroyable de n'avoir pas laissé ma marque sur le monde parce que je n'avais pas partagé mes talents. À l'époque j'écrivais déjà de la musique mais je préférais toujours ne pas montrer ce que j'avais créé, parce que je n'osais pas le partager. J'étais très timide. Je pensais toujours ne pas avoir fait assez bien. Et maintenant j'avais le sentiment de ne pas avoir été suffisamment généreuse en ne partageant pas mes talents. Le fait de ne pas avoir offert au monde qui j'étais vraiment avait été tout-à-fait fatal. Et ce sentiment de tristesse était si fort que j'ai été forcée de réintégrer mon corps. » [...]

Et le simple fait d'accepter la situation [...a provoqué] comme une explosion de joie incontrôlable. Je me suis retrouvée flottant dans un océan infini de lumière, d'amour, de béatitude, de liberté infinie et également de conscience. [...] J'étais chez moi, véritablement chez moi [...]. J'étais partie prenante de cette décision de revenir, sachant que c'était logique : il fallait que je revienne. À partir de ce moment-là, un sentiment de joie profonde m'a toujours accompagnée. [...] J'ai perdu toute peur de mourir. J'attends ce moment où je rentrerai à la maison. [...] Quand je serai à nouveau sur le point de mourir, j'aimerais pouvoir regarder ma vie écoulée et dire : « Oui, c'était bien, j'ai tout donné. J'ai été un véritable cadeau à la vie, et maintenant j'ai le droit de mourir. [...] Maintenant je suis capable de m'exprimer à travers ma musique en étant la plus vraie, la plus authentique possible. Parce qu'en faisant cela je fais vraiment don de moi-même, de mon être entier, à travers ma musique, à tous les êtres du monde, telle que je suis vraiment. »

### Demande

« Seigneur avive en moi le désir d'avoir part à la plénitude de l'Amour  
dès maintenant, sur cette terre et plus tard au ciel »

### Pistes pour la méditation personnelle.

- **Je me laisse toucher par ce témoignage.** Quel ressenti provoque-t-il en moi ?  
Curiosité ? Doute ? Espérance ? Quel récit d'Évangile me rappelle-t-il (Mt 25, 14-30) ?
- **J'applique ce récit à ma vie.** Quelle image ai-je de ce qui m'attend dans l'au-delà ?

**Conversation avec le Seigneur, conclusion de ce temps personnel, partage :** voir l'explication au n° 3, à la fin de la p. 5 et p. 6.

## Les conséquences incontournables de nos partages

### Sagesse de l'Évangile

« Le royaume des Cieux est comparable à un trésor caché dans un champ ; l'homme qui l'a découvert le cache de nouveau. Dans sa joie, il va vendre tout ce qu'il possède, et il achète ce champ » (Mt 13, 44).

« On ne met pas du vin nouveau dans de vieilles outres ; autrement, les outres éclatent, le vin se répand, et les outres sont perdues. Mais on met le vin nouveau dans des outres neuves, et le tout se conserve » (Mt 9, 17).

« Celui qui entend les paroles que je dis là et les met en pratique est comparable à un homme prévoyant qui a construit sa maison sur le roc. La pluie est tombée, les torrents ont dévalé, les vents ont soufflé et se sont abattus sur cette maison ; la maison ne s'est pas écroulée, car elle était fondée sur le roc » (Mt 7, 24-27).

### Demande

« Seigneur, aide-moi à choisir les moyens concrets pour que les échanges que nous avons eus jusqu'ici portent du fruit »

### Pistes pour la méditation personnelle

- **Je me laisse toucher par cette sagesse de l'Évangile ci-dessus.** Qu'éveille-t-elle en moi ?
- **J'applique cette sagesse à ma vie.** Je me remémore nos partages. Quelles en sont les conséquences incontournables si je veux être cohérent ? À quoi le Seigneur m'appelle-t-il ? Quels moyens généreux et réalistes choisir pour répondre à cet appel ?

**Conversation avec le Seigneur, conclusion de ce temps personnel, partage :** voir l'explication au n° 3, à la fin de la p. 5 et p. 6.

## Mon image de Dieu

### Récit biblique

« La parole du Seigneur fut adressée à Élie : "Sors et tiens-toi sur la montagne devant le Seigneur, car il va passer." À l'approche du Seigneur, il y eut un ouragan, si fort et si violent qu'il fendait les montagnes et brisait les rochers, mais le Seigneur n'était pas dans l'ouragan ; et après l'ouragan, il y eut un tremblement de terre, mais le Seigneur n'était pas dans le tremblement de terre ; et après ce tremblement de terre, un feu, mais le Seigneur n'était pas dans ce feu ; et après ce feu, le murmure d'une brise légère. Aussitôt qu'il l'entendit, Élie se couvrit le visage avec son manteau, il sortit et se tint à l'entrée de la caverne. Alors il entendit une voix qui disait : "Que fais-tu là, Élie ?" Il répondit : "J'éprouve une ardeur jalouse pour toi, Seigneur, Dieu de l'univers. Les fils d'Israël ont abandonné ton Alliance, renversé tes autels, et tué tes prophètes par l'épée ; moi, je suis le seul à être resté et ils cherchent à prendre ma vie." » (1 R 19,11-14).

### Demande

« Seigneur, aide-moi à mieux réaliser qui tu es pour moi »

### Pistes pour la méditation personnelle

**Je me laisse toucher par le récit biblique ci-dessus.** Qu'éveille-t-il en moi ?

**Je choisis parmi les questions** suivantes celle(s) qui me parle(nt) :

- Quels sont les sentiments que je perçois davantage en Dieu et qui me touchent : compassion, exigence, bienveillance, douceur... ?
- Qu'est-ce qui me parle le plus de Dieu, qui m'a aidé à le rencontrer, à le connaître
  - o quels textes de la Bible ?
  - o quelle œuvre littéraire, ou musicale, quelle peinture... ?
  - o quels aspects de la création ?
  - o quels évènement du monde ?
- Finalement, qui est Dieu pour moi ?

**Conversation avec le Seigneur, conclusion de ce temps personnel, partage :** voir l'explication au n° 3, à la fin de la p. 5 et p. 6.

## Démons, Satan et pardon

### Évangile

*On présenta à Jésus un possédé qui était aveugle et muet. Jésus le guérit, de sorte que le muet parlait et qu'il voyait. Toutes les foules étaient dans la stupéfaction et disaient : « Cet homme ne serait-il pas le fils de David ? » En entendant cela, les pharisiens disaient : « Il n'expulse les démons que par Béelzéboul, le chef des démons. » Connaissant leurs pensées, Jésus leur dit : « [...] Si Satan expulse Satan, c'est donc qu'il est divisé contre lui-même ; comment son royaume tiendra-t-il ? [...] Mais, si c'est par l'Esprit de Dieu que moi, j'expulse les démons, c'est donc que le règne de Dieu est venu jusqu'à vous. Ou encore, comment quelqu'un peut-il entrer dans la maison de l'homme fort et piller ses biens, sans avoir d'abord ligoté cet homme fort ? Alors seulement il pillera sa maison. [...] C'est pourquoi, je vous le dis : Tout péché, tout blasphème, sera pardonné aux hommes, mais le blasphème contre l'Esprit ne sera pas pardonné. (Mt 12, 22-31).*

### Commentaire

Jésus « expulse les démons », c'est-à-dire qu'il libère l'être humain de ce qui le rend psychiquement malade et attente à la vie en lui. Ses opposants, ne contestent pas que Jésus guérit des personnes qui étaient psychiquement malades. Mais ils prétendent que ce pouvoir ne lui a pas été conféré par Dieu, auteur de la vie, mais par celui qui s'oppose à Dieu et attente à la vie, le chef des démons : Béelzéboul (autre nom de Satan, diable, démon).

Satan peut être conçu comme l'ensemble des forces qui s'opposent à la vie, ou bien comme le chef des anges déchus qui se sont opposés à Dieu.

Vouloir maintenir à tout prix une affirmation incohérente et absurde comme : « Satan expulse Satan », c'est pécher contre le bon sens, contre l'Esprit saint présent en toute conscience humaine. C'est donc rendre impossible le pardon. C'est comparable à l'attitude de l'enfant qui ayant confondu le sel et le sucre, a mis du sel sur sa pomme au lieu de sucre, et persiste, afin de ne pas perdre la face, à prétendre que sa pomme est sucrée et délicieuse.

Si Jésus a le pouvoir de guérir une personne souffrant d'une maladie physique et/ou psychique, cela veut dire qu'il est parvenu à ligoter Satan, grâce à la force supérieure de l'Esprit Saint, force qu'il a reçue au baptême conféré par Jean-Baptiste. Avant son baptême, durant les trente premières années de sa vie, Jésus n'avait jamais guéri personne.

### Demande

« Seigneur, aide-moi à discerner ton action bienfaitante dans ma vie. »

### Pistes pour la méditation personnelle

**Je me laisse toucher par le récit biblique et son commentaire.** Qu'éveillent-ils en moi ?

**J'applique ce récit à ma vie.**

- Quand Jésus a-t-il « chassé des démons » en moi ? Autrement dit, quand m'a-t-il rendu plus moi-même, moins prisonnier de forces aliénantes, plus ouvert au don de l'Esprit Saint ?
- Comment nommerais-je ces forces aliénantes dont Jésus m'a libéré ?
- Comment nommerais-je la nouvelle force dont il m'a investi ?

**Conversation avec le Seigneur, conclusion de ce temps personnel, partage :** voir l'explication au n° 3, à la fin de la p. 5 et p. 6.

## Le linceul vide

### Évangile

*Le premier jour de la semaine, Marie Madeleine se rend au tombeau de grand matin ; c'était encore les ténèbres. Elle s'aperçoit que la pierre a été enlevée du tombeau. Elle court donc trouver Simon-Pierre et l'autre disciple, celui que Jésus aimait, et elle leur dit : « On a enlevé le Seigneur de son tombeau, et nous ne savons pas où on l'a déposé. » Pierre partit donc avec l'autre disciple pour se rendre au tombeau. Ils couraient tous les deux ensemble, mais l'autre disciple courut plus vite que Pierre et arriva le premier au tombeau. En se penchant, il s'aperçoit que les linges sont posés à plat ; cependant il n'entre pas. Simon-Pierre, qui le suivait, arrive à son tour. Il entre dans le tombeau ; il aperçoit les linges, posés à plat, ainsi que le suaire qui avait entouré la tête de Jésus, non pas posé avec les linges, mais roulé à part à sa place. C'est alors qu'entra l'autre disciple, lui qui était arrivé le premier au tombeau. Il vit, et il crut. Jusque-là, en effet, les disciples n'avaient pas compris que, selon l'Écriture, il fallait que Jésus ressuscite d'entre les morts. (Jn 20, 1-9).*

### Commentaire

*Ce qui est relaté s'est passé après la mort de Jésus en croix et sa mise au tombeau. Certaines bibles mettent comme titre en tête de ce récit : « Le tombeau vide ». Il est plus exact d'écrire : « Le linceul vide ». Le tombeau n'était pas vide, il contenait un indice précieux : le linceul, à plat. Et c'est précisément la vue du linceul à plat, qui a suscité dans le cœur du disciple aimé la conviction que Jésus était ressuscité : son corps avait mystérieusement quitté le linceul.*

*Le vocabulaire utilisé pour décrire l'état du linceul permet de penser qu'il était affaissé sur lui-même. Quant au suaire, il s'agit d'une pièce de tissu de la dimension d'un grand mouchoir dont on enveloppait le visage du défunt durant son transport jusqu'au tombeau, et que l'on ôtait, roulait et rangeait lorsqu'on allait envelopper le corps dans le linceul.*

*Il convient de remarquer que Pierre a également vu le linceul, à plat. Mais cela ne fut pas pour lui un indice de la résurrection de Jésus. Ce qui est signe pour les uns ne l'est pas pour les autres.*

### Demande

« Seigneur, aide-moi à réaliser que la disparition de ton corps est un événement majeur de l'histoire de l'humanité. »

### Pistes pour la méditation personnelle

**Je me laisse toucher par le récit biblique et son commentaire.** Qu'éveillent-ils en moi ?

**J'applique ce récit à ma vie.**

- Y a-t-il dans ma vie des événements surprenants que j'interprète comme des indices de l'action divine ?
- Y a-t-il des événements difficilement explicables dans lesquels je me refuse à voir une intervention divine ?

**Conversation avec le Seigneur, conclusion de ce temps personnel, partage :** voir l'explication au n° 3, à la fin de la p. 5 et p. 6.