

Le Carême avec le Pape François  
*Découvrir la Miséricorde*  
*du 10 février au 27 mars 2016*

**Mercredi des Cendres**  
*10 février 2016*

« Ce que vous faites pour devenir des justes, évitez de l'accomplir devant les hommes pour vous faire remarquer ». (Saint Matthieu 6, 1).

**Méditation du Pape François**

« Voici le moment pour changer de vie ! Voici le temps de se laisser toucher au cœur. Face au mal commis, et même aux crimes graves, voici le moment d'écouter pleurer les innocents dépouillés de leurs biens, de leur dignité, de leur affection, de leur vie même. Rester sur le chemin du mal n'est que source d'illusion et de tristesse. La vraie vie est bien autre chose. Dieu ne se lasse pas de tendre la main ».

**Dans ma vie**

Le Carême commence, c'est le moment d'ouvrir son cœur et son esprit au monde qui nous entoure, à ceux qu'on ne remarque jamais, auxquels on ne faut pas attention, qui pourtant sont tous certainement d'une grande richesse.

**Effet de conversion :** Et si... j'essayais de regarder ceux qui m'entourent avec un regard nouveau, amical, fraternel et désintéressé ?

*Je prie pour tous ceux dont personne ne se soucie et à qui personne ne parle jamais.*

**Jeudi après les Cendres**  
*11 février 2016*

« Je suis venu pour que vous ayez la vie et que vous l'ayez en abondance » (Saint Jean 10, 10).

**Méditation du Pape François**

« Qui imagine qu'un sans-abri soit quelqu'un de qui on puisse apprendre ? Qui imagine qu'il puisse être un saint ? Et pourtant la pauvreté est le grand enseignement que nous a donné Jésus quand Il est descendu dans les eaux du Jourdain pour être baptisé par Jean-Baptiste (...). Il l'a fait pour se mettre parmi les gens, les personnes qui avaient besoin du pardon, parmi nous, pécheurs, et pour se charger du poids de nos péchés. C'est cette voie qu'Il a choisie pour nous consoler, nous sauver, nous libérer de notre misère ».

**Dans ma vie**

La vraie pauvreté nous semble si difficile ! Quand nous sommes attachés à notre confort et à nos biens matériels, nous avons tendance à ne vouloir offrir aux autres que ce dont nous n'avons pas besoin et pas réellement à nous appauvrir pour eux.

**Effet de conversion :** Et si... je décidais de m'appauvrir de quelque chose qui ne m'est pas superflu ?

*Je prie pour tous ceux qui ont à peine de quoi vivre et qui doivent à tout moment faire attention pour subsister.*

**Vendredi après les Cendres**  
*12 février 2016*

« Pitié pour moi, mon Dieu, dans Ton Amour, selon Ta grande Miséricorde, efface mon péché. Lave-moi tout entier de ma faute, purifie-moi de mon offense » (Psaume 50 (51) 3-4).

### **Méditation du Pape François**

Jésus est Dieu qui se dépouille de sa gloire. Nous voyons ici le choix de la pauvreté de Dieu : de riche qu'Il était, Il s'est fait pauvre pour nous enrichir par Sa pauvreté (cf. 2 Col 8, 9). C'est le mystère que nous contemplons dans la Crèche, en voyant le Fils de Dieu dans une mangeoire ; puis sur la Croix, où le dépouillement arrive à son comble ».

#### **Dans ma vie**

Savons-nous rejoindre Jésus dans sa vie cachée, abandonnant les honneurs, la mise en avant et nous faire oublier ? Pourtant c'est certainement dans le silence et l'humilité qu'on rencontre Dieu.

**Effet de conversion :** Et si... je refusais poliment certains honneurs qui me sont faits ou une certaine visibilité par rapport aux autres ?

*Je prie pour tous ceux qui sont guettés par l'orgueil de par leur position, leurs qualités, leur succès, pour que leur cœur reste pur.*

Samedi après les Cendres  
13 février 2016

« Ce ne sont pas les gens en bonne santé qui ont besoin du médecin, mais les malades » (Luc 5, 32).

### **Méditation du Pape François**

« L'Évangile nous dit ce que le Règne de Jésus demande de nous : il nous rappelle que la proximité et la tendresse doivent aussi être notre règle de vie, et que c'est sur cela que nous serons jugés, sur ce protocole de vie (...) Le Salut ne commence pas par la confession de la Royauté du Christ, mais par l'imitation des œuvres de miséricorde par lesquelles Il a réalisé Son Royaume. Celui qui les accomplit montre qu'il a accueilli la Royauté de Jésus, car il a fait place dans son cœur à la Charité de Dieu ».

#### **Dans ma vie**

Si nous aimons le Christ, le révérerons comme Dieu, alors c'est dans nos petits efforts quotidiens plus que par nos belles paroles que nous pourrions véritablement lui montrer notre amour.

**Effet de conversion :** Et si... j'essayais de mieux accomplir mes petits devoirs quotidiens en pensant au Christ ?

*Je prie pour ceux qui se paient de mots et de paroles et ne voient pas qu'ainsi ils n'accomplissent pas la Volonté du Seigneur.*

Premier Dimanche de Carême  
14 février 2016

« Il est écrit : « C'est devant le Seigneur ton Dieu que tu te prosternerás, à Lui seul tu rendras un culte » (Saint Luc 4, 8).

### **Méditation du Pape François**

« Nous avons besoin de Chrétiens qui rendent visibles aux hommes d'aujourd'hui la Miséricorde de Dieu, Sa tendresse pour toute créature. Nous savons tous que la crise de l'humanité contemporaine n'est pas superficielle, mais profonde. C'est pourquoi la nouvelle évangélisation, qui est appelée à avoir le courage d'aller à contre-courant, à se convertir des idoles vers l'unique vrai Dieu, ne peut qu'utiliser le langage de la Miséricorde, fait de gestes et d'attitudes avant même que des paroles ».

### **Dans ma vie**

Aller à contre-courant, ça nous coûte. On se fait tout de suite remarquer ! C'est tellement plus facile de parler et d'agir comme les autres. Pas de vague. Mais en agissant ainsi, ne finissons-nous pas par vivre et par penser loin du Christ ?

**Effet de conversion :** Et si... j'essayais de mettre mes actes en accord avec mes convictions et ma fidélité à Dieu.

*Je prie pour tous ceux qui sont des témoins du Christ et qui n'hésitent pas à être à contre-courant.*

## **Première Semaine de Carême**

Lundi 15 février 2016

« Amen, Je vous le dis : chaque fois que vous ne l'avez pas fait à l'un de ces plus petits, c'est à Moi que vous ne l'avez pas fait » (Saint Matthieu 25, 45).

### **Méditation du Pape François**

« Dieu est riche de Miséricorde, ne l'oublier jamais ! La croix du Christ est la preuve suprême de la Miséricorde et de l'amour de Dieu pour nous : Jésus nous seulement aimés « jusqu'à la fin », non au dernier moment de sa vie terrestre, mais à l'extrême limite de l'amour ».

### **Dans ma vie**

L'amour véritable, l'amour authentique, c'est bien celui qui est prêt à tout pour ceux qu'il chérit. Sinon que vaudrait l'amour ? S'il n'est pas fort dans l'épreuve et la difficulté, il n'est rien qu'un vague sentiment rassurant et sans intérêt réel.

**Effet de Conversion :** Et si... je témoignais aux gens que j'aime de mon amour qui est vrai par de réels efforts qui me coûtent ?

*Je prie pour tous ceux qui sont incapables de témoigner de leur amour, qui n'osent pas ou trop peu.*

Mardi 16 février 2016

« Vous donc, priez ainsi : « Notre Père, qui es aux Cieux, que Ton Nom soit sanctifié, que Ton règne vienne, que Ta Volonté soit faite sur la terre comme au Ciel » (Saint Matthieu 6, 9).

### **Méditation du Pape François**

« Avant de rencontrer le Christ sur le chemin de Damas, l'apôtre Paul consacrait sa vie à observer de manière irréprochable la justice et la loi (Cf Philippiens 3, 6). La conversion au Christ l'amena à changer complètement de regard (...) Paul situe désormais en premier la Foi, non plus la loi. Ce n'est pas par l'observance de la loi qui sauve, mais la Foi en Jésus-Christ, qui, par Sa mort et Sa résurrection, nous a donné la Miséricorde qui justifie ».

### **Dans ma vie**

Nous accomplissons souvent les choses par devoir, « parce qu'il le fait, parce que c'est bien », mais où est le cœur dans tout cela ? Si nous n'agissons que par devoir, nous nous lasserons vite d'agir, car cela desséchera notre cœur et notre esprit.

**Effet de conversion :** Et si... j'essayais de mettre un peu plus d'âme dans mes actions et à être moins sévère ou sec dans mes rapports avec les autres pour qu'ils vivent mieux et plus facilement les décisions que je peux leur imposer ?

*Je prie pour tous les hommes de loi, afin qu'ils puissent rendre la justice avec fermeté, mais aussi avec leur cœur.*

Mercredi 17 février 2016

« Maintenant, dit le Seigneur, revenez à Moi de tout votre cœur, car Je suis Tendre et Miséricordieux » (Joël 2, 12b. 13c).

### **Méditation du Pape François**

Nous ne pouvons pas échapper aux paroles du Seigneur et c'est sur elles que nous serons jugés : aurons-nous donné à manger à qui a faim et à boire à qui a soif ? Aurons-nous accueilli l'étranger et vêtu celui qui était nu ? Aurons-nous pris le temps de demeurer auprès de celui qui est malade et prisonnier ? (...) C'est dans chacun de ces « plus petits » que le Christ est présent. Sa chair devient de nouveau visible en tant que corps torturé, blessé, flagellé, affamé, égaré... pour être reconnu par nous, touché et assisté avec soin ».

#### **Dans ma vie**

Nous choisissons souvent nos bonnes œuvres sans voir toutes celles que Dieu nous présente au cours de nos journées. Faisons-nous suffisamment attention aux détreesses qui nous entourent ?

**Effet de conversion :** Et si... j'essayais de voir les détreesses qui m'entourent et de ne pas soulager uniquement « celles qui me plaisent » ?

*Je prie pour tous les personnels soignant qui sont au chevet des malades et qui se dévouent inlassablement.*

Jeudi 18 février 2016

« Demandez, on vous donnera ; cherchez et vous trouverez ; frappez, on vous ouvrira » (Saint Matthieu 7, 7).

### **Méditation du Pape François**

« Qu'il serait beau que tous puissent admirer comment nous prenons soin des autres. Comment mutuellement nous nous encourageons et comment nous nous accompagnons. Le don de soi est celui qui établit la relation interpersonnelle qui ne se génère pas en donnant « des choses », mais en se donnant soi-même. Dans tout don s'offre la personne même. « se donner » signifie laisser agir en soi-même toute la puissance de l'amour qui est l'Esprit de Dieu et ainsi faire place à sa force créatrice ».

#### **Dans ma vie**

On préfère parfois faire un don matériel que de donner de son temps. Pourtant, ce dont souffrent les personnes, c'est souvent de détresse morale plus que d'inconfort matériel. Alors essayons d'y être attentifs.

**Effet de conversion :** Et si... je donnais de mon temps à des personnes seules qui ont seulement besoin de parler ?

*Je prie pour toutes les personnes qui s'impliquent dans les milieux associatifs pour donner généreusement de leur temps aux autres.*

Vendredi 19 février 2016

« Des profondeurs je crie vers Toi, Seigneur, Seigneur ! Écoute mon appel ! Que Ton oreille se fasse attentive au cri de ma prière ! » (Psaume 129 (130) 1-2).

### **Méditation du Pape François**

« C'est la Bonne Nouvelle qui nous transforme, seulement si nous nous laissons transformer par elle. N'oubliez pas ! Lisez tous les jours un passage de l'Évangile ! Il est la force qui nous change, qui nous transforme : il change la vie, il change le cœur ».

### **Dans ma vie**

On oublie souvent de revenir à l'essentiel. Un chrétien qui ne lirait jamais l'Évangile oublierait tout simplement de se nourrir. On ne peut pas être disciple du Christ sans écouter ce qu'Il a à nous dire ».

**Effet de conversion :** Et si... je lisais durant ce Carême un extrait de l'Évangile chaque jour ou de temps en temps afin de m'en imprégner.

Je prie pour les Prêtres, qui sont les premiers témoins de Jésus-Christ, qui ont donné toute leur vie pour le suivre.

Samedi 20 février 2016

« Aimez vos ennemis, et priez pour ceux qui vous persécutent, afin d'être vraiment les fils de votre Père qui est aux Cieux » (Saint Matthieu 5, 44).

### **Méditation du Pape François**

« Je voudrai rappeler à nouveau « la priorité absolue de « la sortie de soi vers le frère » comme un des deux commandements principaux qui fondent toute norme morale et comme le signe le plus clair pour faire le discernement sur un chemin de croissance spirituelle en réponse au don absolument gratuit de Dieu » ( *Evangelii Gaudium*, n° 179). De la nature missionnaire même de l'Église jaillissent « la Charité effective pour le prochain, la compassion qui comprend, assise et encourage » (idem) ».

### **Dans ma vie**

On a souvent tendance à croire que dans l'Église il y a ceux qui témoignent, sont missionnaires, et les autres qui peuvent juste vivre leur Foi chez eux bien tranquillement. Le Pape nous rappelle que nous sommes tous appelés à témoigner.

**Effet de conversion :** Et si... j'essayais, même de manière modeste, de montrer autour de moi que je suis Chrétien ?

*Je prie pour tous les missionnaires qui, dans le monde, sont d'authentiques témoins de Jésus-Christ, parfois au péril de leur vie.*

## **Deuxième Dimanche de Carême**

*21 février 2016*

« Mais nous, nous avons notre citoyenneté dans les Cieux, d'où nous attendons comme Sauveur le Seigneur Jésus-Christ » (Philippiens 3, 20).

## Méditation du Pape François

« Quand nous aidons les pauvres, nous ne faisons pas chrétiennement œuvre de bienfaisance. C'est bon, humain, mais ce n'est pas la pauvreté chrétienne. Il s'agit de donner un peu de soi au pauvre – pas de superflu, mais aussi du nécessaire – car il nous enrichit, Jésus Lui-même ayant dit être dans la pauvreté. Jésus-Christ de la richesse de Dieu, s'est fait pauvre, Il s'est abaissé pour nous. Être pauvre, c'est se laisser enrichir par la pauvreté du Christ et ne pas vouloir être riche avec d'autres richesses que ne soient pas celles du Christ ».

### Dans ma vie

S'enrichir en s'appauvrissant, voilà un beau programme ! À nous de savoir découvrir les richesses que le Christ nous présente et de comprendre qu'elles valent plus que les richesses de ce monde.

**Effet de conversion :** Et si... je donnais aux premières personnes dans la nécessité qui me sollicitent, sans chercher à me demander qui elles sont et ce qu'elles en feront ?

*Je prie pour que Dieu m'aide à me détacher des biens superflus et à m'attacher aux richesses du Ciel.*

## Deuxième Semaine de Carême

Lundi 22 février 2016

« Soyez miséricordieux comme votre Père est Miséricordieux. Ne jugez pas, et vous ne serez pas jugés ; ne condamnez pas, et vous ne serez pas condamnés » (Saint Luc 6, 36).

## Méditation du Pape François

« La béatitude des pauvres de cœur (cf Mathieu 5, 3) oriente notre rapport avec les biens matériels et les pauvres. Face à l'exemple et aux paroles de Jésus, nous sentons combien notre conversion est nécessaire, afin que la logique de l'être plus l'emporte sur celle de l'avoir plus ! Les Saints peuvent vraiment nous aider à comprendre le sens profond des Béatitudes ».

### Dans ma vie

« ... Car le Royaume des Cieux sera à eux » ! Quelle formidable nouvelle... Si notre Seigneur le dit, nous devons rechercher à tout prix à être ces pauvres de cœur, non pas ayant le cœur vide, mais pauvre de biens matériels et riches de Dieu.

**Effet de conversion :** Et si... j'essayais de partager les soucis des autres pour ainsi les aider à porter leurs difficultés ?

*Je prie pour tous ceux qui ont le cœur dur et sec, qui ne sont jamais émus par rien ni personne.*

Mardi 23 février 2016

« Lavez-vous, purifiez-vous, ôtez de ma vue vos actions mauvaises, cessez de faire le mal » (Isaïe 1, 10).

## Méditation du Pape François

« Nous ne pouvons pas penser à un chrétien qui s'arrête : un chrétien qui reste immobile et malade, dans son identité chrétienne, il y a une maladie dans cette identité. Le chrétien est un disciple qui chemine qui va de l'avant. Mais le Seigneur nous le dit aussi, et nous l'avons entendu dans le psaume : « Allez dans le monde

entier et proclamez l'Évangile Allez-y, marchez ». Voilà : la première attitude des chrétiens est de marcher, d'aller de l'avant, même s'il y a des difficultés, d'outrepasser les difficultés ».

### **Dans ma vie**

Dans les épreuves, le découragement vient vite, surtout si on est seul, pas soutenu et qu'on a l'impression de faire tout de travers. Un chrétien seul est un chrétien en danger. Soutenons les autres. Faisons-nous soutenir.

**Effet de conversion :** Et si... j'encourageais les gens autour de moi et les soutenais positivement dans leurs efforts ?

*Je prie pour tous ceux qui n'ont plus le courage d'avancer, qui sont accablés et perdent l'espérance.*

Mercredi 24 février 2016

« Moi, je suis sûr de Toi, Seigneur, je dis : « Tu es mon Dieu ! » Mes jours sont dans Ta main délivre-moi des mains hostiles qui s'acharnent ». (Psaume 30 (31) 15-16).

### **Méditation du Pape François**

« Nous sommes tous appelés à rallumer dans nos cœurs une impulsion d'espérance, qui doit se traduire en œuvres concrètes de paix. Tu ne t'entends pas avec cette personne ? Fais la paix ! Chez toi ? Fais la paix ! Dans ta communauté ? Fais la paix ! Dans ton travail ? Fais la paix ! Œuvres de paix, de réconciliation et de fraternité (...) ces petits gestes ont tant de valeur : ils peuvent être des graines qui donnent espérance, ils peuvent ouvrir des routes et des perspectives de paix ».

### **Dans ma vie**

Une petite dispute, un différend et ensuite on oublie tout sans se réconcilier. Nous le faisons tous, mais cela laisse des traces... et cela rend nos appels à un monde meilleur plus vains... Allons ! Faisons le ménage dans nos discordes.

**Effet de conversion :** Et si... je demandais pardon à des gens que j'ai blessés ?

*Je prie pour que les personnes qui ont fait l'objet d'offenses arrivent à pardonner à ceux qui leur ont fait du mal.*

Jeudi 25 février 2016

« Heureux ceux qui ont entendu la Parole dans un cœur bon et généreux » (Saint Luc 8, 15).

### **Méditation du Pape François**

« Le Carême est pour l'Église, et pour chaque fidèle, un temps de renouveau pour les communautés. Mais c'est surtout un « temps de grâce » (cf 2 co 6, 2). Dieu ne nous demande rien qu'Il ne nous ait donné auparavant : « Nous aimons parce que Dieu Lui-même nous a aimés le premier » (cf 1 Jean 4, 19). Il n'est pas indifférent à nous. Il porte chacun de nous dans Son Cœur, Il nous connaît par notre nom, Il prend soin de nous et Il nous cherche quand nous l'abandonnons. Chacun de nous l'intéresse ; Son Amour l'empêche d'être indifférent à ce qui nous arrive ».

### **Dans ma vie**

Le Carême ne doit pas être un temps de tristesse, durant lequel nous devrions avoir des têtes d'enterrement sous prétexte que nous faisons peut-être un petit effort inhabituel. C'est un temps de préparation à la merveilleuse Fête de Pâques, donc de joie.

**Effet de conversion :** Et si... je souriais un peu plus, en toutes circonstances, aux gens qui m'entourent ?

*Je prie pour les personnes qui n'arrivent plus à retrouver la joie dans leur cœur et qui semblent ne plus pouvoir en éprouver.*

Vendredi 26 février 2016

« Cherchez le Seigneur et sa puissance, souvenez-vous des merveilles qu'Il a faites, vous la race d'Abraham son serviteur, les fils de Jacob, qu'Il a choisis » (Psaume 104 (105) 4a, 5a, 6a).

### **Méditation du Pape François**

« L'Évangile est parole de vie ; il n'opprime pas des personnes, au contraire libère ceux qui sont esclaves de beaucoup d'esprits mauvais de ce monde : l'esprit de vanité, l'attachement à l'argent, l'orgueil, la sensualité... L'Évangile change le cœur, il change la vie, il transforme les inclinations au mal en bons propos. L'Évangile est capable de changer les personnes ! C'est donc le devoir des chrétiens d'en diffuser partout la force rédemptrice, en donnant des missionnaires et des hérauts de la Parole de Dieu ».

#### **Dans ma vie**

Si nous ne croyons pas que l'Évangile peut nous changer radicalement, alors à quoi bon être chrétiens ? C'est Dieu Lui-même, qui nous conseille et nous aime, qui nous parle et nous donne la Foi... Cela ne peut que nous transformer.

**Effet de conversion :** Et si... je me mettais un peu plus à l'écoute de ce que Dieu attend de moi, et me tenais prêt à changer ce qui ne va pas ?

*Je prie pour que je puisse changer mon cœur avant de demander aux autres de changer eux-mêmes.*

Samedi 28 février 2016

« Il fallait festoyer et se réjouir ; car ton frère que voilà était mort, et il est revenu à la vie ; il était perdu, et il est retrouvé ! » (Saint Luc 7, 47).

### **Méditation du Pape François**

« L'Église est d'abord appelée à être témoin véridique de la Miséricorde, en la professant et en la vivant comme le centre de la révélation de Jésus-Christ. Du cœur de la Trinité, du plus profond du mystère de Dieu, jaillit et coule sans cesse le grand fleuve de la Miséricorde. Cette source ne sera jamais épuisée pour tous ceux qui s'en approcheront. Chaque fois qu'on en aura besoin, on pourra y accéder, parce que la Miséricorde de Dieu est sans fin. Autant la profondeur du mystère renfermé est insondable, autant la richesse qui en découle est inépuisable ».

#### **Dans ma vie**

Quand on voit tout ce que l'Église a toujours fait pour ceux qui étaient dans la détresse, on ne peut qu'être émerveillé de tant d'amour donné et de générosité et souhaiter à notre tour en faire preuve.

**Effet de conversion :** Et si... je faisais preuve non pas de pitié, mais de miséricorde en agissant par amour pour les autres ?

*Je prie pour les membres des associations caritatives qui apportent le réconfort aux plus démunis.*

## **Troisième Dimanche de Carême**



28 février 2016

« Bénis le Seigneur, ô mon âme, n'oublie aucun de ses bienfaits ! » (Psaume 103 (103) 2).

### **Méditation du Pape François**

« Le témoignage le plus efficace et le plus authentique est celui de ne pas contredire, par son comportement et par sa vie, tout ce que l'on prêche par la parole et tout ce que l'on enseigne aux autres ! Enseignez la prière en priant ; annoncez la Foi en croyant ; portez témoignage en vivant ! »

#### **Dans ma vie**

Éternel problème ! Comment concilier l'idéal chrétien et notre pauvre existence pas toujours très reluisante. Le Christ est venu pour les pécheurs, ça tombe bien. Nous ne sommes pas un club de parfaits mais nous voulons imiter chaque jour le Christ de notre mieux.

**Effet de conversion :** Et si... j'essayais d'imiter le Christ dans une de ses attitudes dans les Évangiles ?

*Je prie pour que je puisse chaque jour ressembler davantage au Christ et agir comme Il agirait Lui-même.*

### **Troisième Semaine de Carême**

Lundi 29 février 2016

« J'espère le Seigneur, et j'attends Sa Parole ; près du Seigneur est l'amour, l'abondance du rachat ». (Psaume 129, 5-7).

### **Méditation du Pape François**

« Lorsque Jésus entre dans la vie de quelqu'un, celui-ci ne reste pas emprisonné dans son passé, mais il commence à regarder le présent d'une autre manière, avec une autre espérance. Il commence à se regarder lui-même d'un autre œil, ainsi que sa propre réalité. Il ne reste pas ancré dans ce qui est arrivé, mais il est en mesure de pleurer et d'y trouver la force de recommencer ».

#### **Dans ma vie**

Il est tellement facile d'envoyer à la figure des autres leur passé quand on a un différend. Faire preuve de miséricorde c'est croire que toute personne peut se relever même des plus grandes fautes, c'est l'Espérance chrétienne.

**Effet de conversion :** Et si... j'essayais de poser sur les gens un regard neuf, sans les juger sur leur passé ?

*Je prie pour tous ceux qui ont commis des fautes et cherchent à mener une vie droite : que leur passé ne soit pas un poids.*

Mardi 1er mars 2016

« Seigneur, enseigne-moi Tes voies, fais-moi connaître Ta route » (Psaume 24 (25), 4).

### **Méditation du Pape François**

La sagesse du cœur, c'est la sortie de soi vers le frère. Notre monde oublie parfois la valeur spéciale du temps passé auprès du lit d'un malade, parce qu'on est harcelé par la hâte, par la frénésie de l'action, de la production et on oublie la dimension de la gratuité, de l'acte de prendre soin, de se charger de l'autre. En

réalité, derrière cette attitude se dissimule souvent une foi tiède, oublieuse de cette parole du Seigneur qui déclare : « C'est à Moi que vous l'avez fait ». ».

### **Dans ma vie**

Notre monde nous laisse en apparence peu de temps, nous harcèle à longueur de journée, ne nous laisse pas en paix un instant. Nous avons l'impression que nous n'avons aucun moment pour Dieu... Pourtant, n'est-Il l'unique nécessaire ?

**Effet de conversion :** Et si... j'essayais de prendre du temps pour mon âme, même si j'ai des choses apparemment urgentes à faire ?

*Je prie pour ceux qui arrivent dans les derniers instants de leur vie : qu'ils aient le temps de bien préparer leur âme à voir Dieu.*

Mercredi 2 mars 2016

« Avant que le ciel et la terre disparaissent, pas un seul iota, pas un seul trait ne disparaîtra de la Loi jusqu'à ce que tout se réalise » (Saint Matthieu 5, 18).

### **Méditation du Pape François**

« « Seigneur, aide-moi ! » La requête de la femme cananéenne est le cri de toute personne à la recherche d'amour, d'accueil et d'amitié avec le Christ. C'est le cri de tant de personnes dans nos villes anonymes, le cri de tant de jeunes de votre âge et le cri de tous ces martyrs qui aujourd'hui souffrent la persécution et la mort pour le Nom de Jésus. Et c'est souvent un cri qui sort de nos propres cœur (...). répondons, non pas à la manière de ceux qui repoussent les personnes qui nous sollicitent, comme si servir les nécessiteux entravait notre proximité avec le Seigneur ».

### **Dans ma vie**

Nous n'aimons pas être sollicités, cela nous gêne dans notre confort, cela nous dérange parce que nous nous apercevons que nous ne faisons peut-être pas ce qui est juste pour les autres. Ayons un cœur simple, acceptons ces sollicitations : elles viennent du Seigneur.

**Effet de conversion :** Et si... j'allais au devant des gens pour leur proposer mes services, une aide ponctuelle ?

*Je prie pour avoir un cœur simple et généreux, ouvert aux autres.*

Jeudi 3 mars 2016

« Entrez, inclinez-vous, prosternez-vous, adorons le Seigneur qui nous a faits. Oui, Il est notre Dieu ; nous sommes le peuple qu'Il conduit » (Psaume 94 (95), 6-7ab).

### **Méditation du Pape François**

« Avoir un cœur miséricordieux ne veut pas dire avoir un cœur faible. Celui qui veut être miséricordieux a besoin d'un cœur fort, solide, fermé au tentateur, mais ouvert à Dieu. Un cœur qui se laisse pénétrer par l'Esprit et porter sur les voies de l'amour qui conduisent à nos frères et à nos sœurs. Au fond, un cœur pauvre, qui connaisse en fait ses propres pauvretés et qui se dépense pour l'autre ».

### **Dans ma vie**

On confond souvent la Miséricorde avec la pitié, avoir du cœur avec être faible... Bien au contraire, il faut de

la force pour aimer dans les difficultés, dans la sécheresse, quand les ennuis s'accumulent. Soyons forts !

**Effet de conversion :** Et si... j'aidais par mon expérience les plus jeunes ou ceux qui ne savent pas faire les choses ?

*Je prie pour que Dieu donne la force à ceux qui sont faibles et rende généreux ceux qui sont forts.*

Vendredi 4 mars 2016

« Je les guérirai de leur infidélité, Je les aimerai d'un Amour gratuit, car Ma colère s'est détournée d'Israël » (Osée 14, 5).

### **Méditation du Pape François**

« Une saine attention à la sauvegarde de la Création est nécessaire, pour la pureté de l'air, de l'eau et de la nourriture. Combien devons-nous garder la pureté de ce que nous avons de plus précieux : nos cœurs et nos relations. Cette écologie « humaine » nous aidera à respirer l'air pur qui vient des belles choses, ; de l'amour vrai, de la sainteté ».

#### **Dans ma vie**

Nous voulons du pur, du bio, du sain dans notre alimentation... et nous tolérons du malsain, du tordu, du mensonge dans nos relations avec les autres ? Tout cela n'est pas très cohérent. Soyons les écologistes de l'humain !

**Effet de conversion :** Et si... j'essayais de ne pas mentir, en aucune circonstance, même pour de petites choses ?

*Je prie pour que tous nous ayons conscience que la Création est un don de Dieu et qu'il faut la préserver.*

Samedi 5 mars 2016

« Aujourd'hui, ne fermez pas votre cœur, mais, écoutez la Voix du Seigneur » (Psaume 94, 8a, 7d).

### **Méditation du Pape François**

« Le contenu du témoignage chrétien n'est pas une théorie, ni une idéologie ou un système complexe de règles et d'interdictions ou un moralisme, mais c'est un message de Salut, un événement concret, ou plutôt une personne : C'est le Christ ressuscité, vivant et unique Sauveur de tous. Il peut être témoigné par tous ceux qui ont fait une expérience personnelle avec Lui dans la prière et dans l'Église, à travers un chemin qui a son fondement dans le Baptême, sa nourriture dans l'Eucharistie, son sceau dans la Confirmation, sa conversion continuelle dans la pénitence ».

#### **Dans ma vie**

Il est plus facile de vivre sa Foi en suivant juste une liste de choses à faire ou à ne pas faire... Mais ce n'est en rien la Foi chrétienne. Si nous ne vivons pas de Son Amour, alors tout le reste est vain et desséché.

**Effet de conversion :** Et si... je prenais conscience que Jésus est auprès de moi chaque jour, pour m'aider et me soutenir, avec bienveillance et Miséricorde ?

*Je prie pour que je vive ma Foi de manière plus rayonnante et moins automatique.*

### **Quatrième Dimanche de Carême**

6 mars 2016

« Je me lèverais, j'irais vers mon père, et je Lui dirais : « Mon Père, j'ai péché contre le ciel et envers toi » (Saint Luc 15,21).

### **Méditation du Pape François**

« Il y a un autre chemin, contraire au chemin du Christ : la mondanité. La mondanité nous offre le chemin de la vanité, de l'orgueil, du succès... le malin l'a proposé aussi à Jésus, durant les quarante jours dans le désert. Mais Jésus l'a repoussé sans hésitations. Et avec Lui, nous aussi nous pouvons vaincre cette tentation, non seulement dans les grandes occasions, mais dans les circonstances ordinaires de la vie. Ce qui nous aide et nous reconforte, c'est l'exemple de beaucoup d'hommes et de femmes qui, dans le silence et de façon cachée, chaque jour renoncent à eux-mêmes pour servir les autres ».

#### **Dans ma vie**

Qui n'aime pas les flatteries qu'on pense du bien de lui, qu'on l'apprécie ? Vivre caché ? Mais dans ce cas qui pensera à nous ? C'est Dieu le plus important et souvent nous le faisons passer en dernier dans nos préoccupations.

**Effet de conversion :** Et si... j'essayais d'être moins sensible à ce que les autres pensent et disent de moi ?

*Je prie pour tous ceux qui sont blessés par la médisance, par des jugements hâtifs ; que Dieu guérisse leur cœur.*

### **Quatrième Semaine de Carême**

Lundi 7 mars 2016

« Quand j'ai crié vers toi, Seigneur, Seigneur, tu m'as fait remonter de l'abîme et revivre quand je descendais à la fosse » (Psaume 29 (30) 2, 3).

### **Méditation du Pape François**

« Jésus (...) lave les pieds de Simon-Pierre et des disciples. Pas de geste prophétique, il exprime le sens de sa vie et de sa Passion, service à Dieu et aux frères : « En effet, le Fils de l'Homme n'est pas venu pour se faire servir, mais pour servir ». La même chose s'est passée pour notre baptême, quand la grâce de Dieu nous a sauvés du péché et que nous avons été revêtus du Christ. (...) Dans l'Eucharistie, nous faisons communion avec le Christ, serviteurs pour obéir à son commandement, celui de nous aimer comme Il nous a aimés ».

#### **Dans ma vie**

Servir les autres, s'effacer, laisser la première place dans la discrétion, c'est suivre notre Maître le Christ. Au premier abord, cela semble difficile, mais il y a une joie profonde, intérieure, à faire comme Jésus a agi.

**Effet de conversion :** Et si... j'essayais de laisser la première place aux autres, sans le faire remarquer ?

*Je prie pour tous ceux qui sont prêts à tout pour réussir, y compris écraser les autres, pour que Dieu leur montre la vanité de tout cela.*

Mardi 8 mars 2016

« Crée en moi un cœur pur, ô mon Dieu, rends-moi la joie d'être sauvé » (Psaume 50 12, 14).

### **Méditation du Pape François**

« Au soir de notre vie, nous serons jugés sur l'amour, sur la proximité et sur la tendresse envers les frères. C'est cela qui permettra ou non notre entrée dans le règne de Dieu. Jésus, par sa victoire, nous a ouvert le règne, mais c'est à chacun d'entre nous d'y entrer, dès cette vie, en étant proches de notre frère qui demande de manger, d'être vêtu, accueilli, aidé. Et si vraiment nous pouvons aimer ce frère ou cette sœur, nous serons poussés à partager avec lui ou avec elle ce que nous avons de plus précieux, Jésus Lui-même et son Évangile ! »

### **Dans ma vie**

Il y a plus de misère autour de nous que nous ne l'imaginons. Nous croyons toujours que la misère c'est loin de nous, dans des quartiers délabrés ou des pays exotiques, mais cela peut exister chez nos proches, nos voisins, les gens que nous croisons chaque jour.

**Effet de conversion :** Et si... j'essayais de m'intéresser un peu plus aux gens qui m'entourent, ceux que je croise chaque jour et auxquels je ne parle pas ou peu ?

*Je prie pour ces inconnus que je croise chaque jour sur mon chemin, afin qu'ils connaissent les joies simples de la vie et entrevoient la lumière de la Foi.*

Mercredi 9 mars 2016

« Cieux, criez de joie ! Terre, exulte ! Montagnes, éclatez en cris de joie ! » (Isaïe 49, 13).

### **Méditation du Pape François**

« Parfois il nous semble que Dieu ne répond pas au mal, qu'il demeure silencieux. En réalité Dieu a parlé, a répondu, et sa réponse est la Croix du Christ : une parole qui est amour, miséricorde, pardon. Elle est aussi jugement : Dieu nous juge en nous aimant. Rappelons-nous cela : Dieu nous juge en nous aimant. Si je le refuse je suis condamné, non par Lui, mais par moi-même, parce que Dieu ne condamne pas, Lui ne fait qu'aimer ».

### **Dans ma vie**

Si Dieu éliminait le mal il n'y aurait plus besoin de Miséricorde ! Alors que fait-Il ? Nous savons bien que le mal est un mystère, mais il est aussi lié à cette liberté que Dieu nous a laissée de l'aimer ou de nous tourner vers le mal et le causer ainsi aux autres.

**Effet de conversion :** Et si... j'essayais d'être, à mon modeste niveau, un artisan de paix, en apaisant les conflits autour de moi, en m'interposant pour les tensions s'apaisent ?

*Je prie pour les peuples qui vivent de la guerre, afin que Dieu les mène sur le chemin de la paix.*

Jeudi 10 mars 2016

« Comment pourriez-vous croire, vous qui recevez votre gloire les uns des autres, et qui ne cherchez pas la gloire qui vient du Dieu unique ? » (Saint Jean 5, 44).

### **Méditation du Pape François**

« Il y a toujours quelqu'un proche de nous qui a des besoins matériels, psychologiques, spirituels. Le plus grand don que nous puissions lui faire est notre amitié, notre préoccupation, notre tendresse, notre amour pour Jésus. Le recevoir signifie tout avoir ; le donner signifie offrir le don le plus grand de tous ».

### **Dans ma vie**

L'amitié, quel beau cadeau nous pouvons faire par là. Mais ce n'est pas un copinage, une simple camaraderie à laquelle le Christ nous appelle envers les autres. C'est à une relation fidèle, qui traverse les épreuves, qui ne se rompt pas lorsque l'autre a besoin de nous.

**Effet de conversion :** Et si... J'offrais mon amitié à une personne que j'apprécie peu ?

*Je prie pour les personnes qui ont peu ou pas d'amis, pour que des liens puissent se nouer avec leur entourage.*

Vendredi 11 mars 2016

« Le Seigneur affronte les méchants pour effacer de la terre leur mémoire » (Psaume 33 (34), 17).

### **Méditation du Pape François**

« La sagesse du cœur, c'est d'être solidaire avec le frère sans le juger. La Charité a besoin du temps. Du temps pour soigner les malades et du temps pour les visiter. (...) La véritable Charité est un partage qui ne se juge pas, qui ne prétend pas convertir l'autre ; elle est libérée de cette fausse humilité qui, au fond, recherche l'approbation et se comptait dans le bien accompli ».

#### **Dans ma vie**

On a si vite fait de juger. Une parole anodine et notre avis fuse aussitôt... Mais ce que nous disons sur les autres est-il toujours vraiment utile ? Juste ? Nos paroles ne sont-elles pas un peu trop hâtives ou légères ?

**Effet de conversion :** Et si... j'essayais durant quelques jours de ne pas porter de jugement dans mes paroles à l'égard des autres ?

*Je prie pour tous ceux qui jugent sans savoir, qui ont déjà un avis sur tout, afin qu'ils prennent le temps de connaître ceux qui les entourent.*

Samedi 12 mars 2016

« Seigneur, tu m'as fait savoir, et maintenant je sais, tu m'as fait voir leurs manœuvres » (Jérémie 11, 18).

### **Méditation du Pape François**

« L'Église est la mère au cœur ouvert qui sait accueillir, recevoir, spécialement celui qui a besoin de plus de soin, celui qui est le plus en grande difficulté. L'Église est la maison de l'hospitalité. Que de bien pouvons-nous faire si nous acceptons d'apprendre le langage de l'hospitalité, de l'accueil ? Que de blessures, que de désespoirs peuvent se soigner dans une maison où l'on peut se sentir accueilli ! »

#### **Dans ma vie**

L'Église c'est aussi notre maison, mais c'est donc aussi à travers nous que les autres s'y sentiront accueillis ou rejetés. Notre rôle et notre attitude sont donc très importants. Qu'on le veuille ou non, beaucoup de choses dépendent de nous.

**Effet de conversion :** Et si... j'essayais de rendre un service dans ma paroisse à l'occasion de ce Carême ?

*Je prie pour le Pape François, et pour l'Évêque de mon diocèse, pour la lourde charge qui est la leur.*

## **Cinquième Dimanche de Carême**

*13 mars 2016*

« Il s'agit pour moi de connaître le Christ, d'éprouver la puissance de sa résurrection et de communier aux souffrances de sa passion » (Philippiens 3, 10).

### **Méditation du Pape François**

« Heureux ceux qui sont capables d'aider les autres dans leurs erreurs, dans leurs méprises. Qui sont de vrais amis et n'abandonnent personne. Ceux-là sont les purs de cœur, ceux qui réussissent à voir plus loin que le mensonge et qui surmontent les difficultés. Heureux ceux qui voient spécialement ce qui est bon chez les autres ».

#### **Dans ma vie**

C'est plus facile de voir les défauts des autres que leurs qualités... Méfions-nous : les autres risquent d'avoir la même réaction à notre égard ! Et à toujours voir le négatif, on décourage, on blesse, on irrite, alors que le bien... fait tellement de bien !

**Effet de conversion :** Et si... j'essayais de voir uniquement le bien chez les personnes qui m'entourent ?

*Je prie pour tous ceux qui ne voient que le mauvais côté des personnes et des choses, afin qu'ils apprennent à d'abord voir le bien et le bon.*

### **Cinquième Semaine de Carême**

Lundi 14 mars 2016

« Vous ne connaissez ni moi ni mon Père ; si vous me connaissiez, vous connaîtriez aussi mon Père » (Saint Jean 8, 19).

### **Méditation du Pape François**

« L'Évangile, tout le Christianisme (dans cette parole) : la joie de Dieu c'est de pardonner. (...) La justice humaine ne peut pas sauver le monde, seule la justice de Dieu le peut. Elle s'est révélée sur la Croix : la Croix est le jugement de Dieu sur (les hommes) et sur ce monde. Mais comment Dieu juge ? En donnant sa vie ! Voici l'acte suprême de Justice qui a vaincu une fois pour toutes le Prince de ce monde ; et cet acte suprême de justice est justement l'acte suprême de Miséricorde. La Miséricorde est la vraie force qui peut sauver l'homme et le monde du « cancer » qu'est le péché, le mal moral, le mal spirituel ».

#### **Dans ma vie**

Si on nous permettait de distribuer les condamnations nous serions extrêmement sévères ! Dieu n'agit pas ainsi devant nos nombreuses fautes, sinon nous serions tous pulvérisés depuis longtemps. Alors pourquoi ne pas essayer un peu de Miséricorde lorsque nous prétendons « rendre la justice » ?

**Effet de conversion :** Et si... lors de disputes, j'essayais de combattre le mal par la joie, le bien, la bonne humeur ?

*Je prie pour les personnes blessées dans leur famille par une dispute de couple, entre parents et enfants... afin que Dieu les amène à la réconciliation.*

Mardi 15 mars 2016

« Ne me cache pas ton visage le jour où je suis en détresse ! Le jour où j'appelle, écoute-moi : viens vite, réponds-moi ! » (Psaume 101 (102), 3).

### **Méditation du Pape François**

« Nous avons tous des limites, et personne ne peut reproduire Jésus-Christ dans sa totalité, et bien que chaque vocation se configure principalement avec certains traits de la vie et de l'œuvre de Jésus, il y en a quelques uns qui sont communs et inaliénables. Celui qui est appelé par Dieu ne se vante pas, ne va pas à la recherche de reconnaissance ni d'applaudissements éphémères, ne croit pas avoir monté en grade et ne traite pas les autres comme s'il était sur un piédestal ».

### **Dans ma vie**

Se disputer, se mettre en colère, « monter sur ses grands chevaux » c'est toujours plus facile... on se lâche ! Mais ensuite, quels dégâts ! On n'imagine pas le mal qui peut rester, durer, ressurgir des années plus tard comme un venin. Prenons-y garde.

**Effet de conversion :** Et si j'essayais de corriger un seul défaut que j'ai durant ce Carême, pas à pas, sans rechercher à faire un effort insurmontable ?

*Je prie pour les personnes handicapées physiques ou mentales, car Dieu les aime autant que toutes les autres, afin qu'elles puissent avoir une vie épanouie.*

Mercredi 16 mars 2016

« Heureux ceux qui ont entendu la Parole dans un cœur bon et généreux, qui la retiennent et portent du fruit par leur persévérance » (Saint Luc 8, 15).

### **Méditation du Pape François**

« Ressentir la Miséricorde, ce mot change tout. C'est ce que nous pouvons ressentir de mieux : cela change le monde. Un peu de Miséricorde rend le monde moins froid et plus juste. Nous avons besoin de bien comprendre cette Miséricorde de Dieu, ce Père Miséricordieux qui a une telle patience ».

### **Dans ma vie**

Notre Foi n'est pas un simple sentiment, une émotion qui nous fait frémir, mais ce n'est pas non plus une pensée froide, uniquement intellectuelle. Nous devons penser et ressentir les choses, car Dieu nous a donné certes une intelligence, mais aussi un corps pour ressentir les choses.

**Effet de conversion :** Et si... Je me tournais vers ce Dieu Miséricordieux dans le Sacrement de Réconciliation ?

*Je prie pour qu'en cette année de la Miséricorde, les cœurs s'ouvrent dans le monde et que chacun se préoccupe plus de son voisin que de ses affaires.*

Jeudi 17 mars 2016

« Si je me glorifie moi-même, ma gloire n'est rien ; c'est mon Père qui me glorifie, lui dont vous dites : « Il est notre Dieu ». » (Saint Jean 8, 54).

### **Méditation du Pape François**

« Se reposer dans le Seigneur. Le repos, c'est bien nécessaire à la santé de nos esprits et de nos corps, et pourtant souvent il est difficile d'y parvenir, à cause des nombreuses exigences qui pèsent sur nous. Le repos est aussi essentiel pour notre santé spirituelle ; ainsi nous pouvons écouter la voix de Dieu et comprendre ce qu'Il nous demande. Joseph a été choisi par Dieu pour être le père adoptif de Jésus et l'époux de Marie. En tant que chrétiens, nous sommes nous aussi appelés, comme Joseph, à offrir une maison à Jésus ».



## Dans ma vie

Faire une halte de temps en temps, c'est vital. Pour soi dans le silence, mais aussi en couple, en famille... Ces petits temps où l'on pense à son conjoint, à ses enfants sans se soucier du reste sont des respirations vitales.

**Effet de conversion :** Et si... je prenais du temps dans les jours à venir pour méditer en silence dans une église ?

*Je prie pour ceux et celles qui se sont éteints ces dernières semaines, afin que Dieu les accueille pour leur repos éternel.*

Vendredi 18 mars 2016

« Tes paroles, Seigneur, sont esprit et elles sont vie. Tu as les paroles de la vie éternelle ». (Saint Jean, 6, 63, 68).

## Méditation du Pape François

« Tout passe, seul Dieu reste. En effet, ont passé des royaumes, des peuples, des cultures, des nations, des idéologies, des puissances, mais l'Église, fondée sur le Christ, malgré beaucoup de tempêtes et de nombreux péchés, reste fidèle au dépôt de la Foi dans le service, parce que l'Église n'est pas l'Église des Papes, des évêques, des prêtres et non plus des fidèles, mais est seule et seulement du Christ ».

## Dans ma vie

Il est normal que nous soyons attachés à la vie que nous menons, à notre histoire, à ceux qui nous entourent, mais tout cela n'aurait aucun sens sans l'éternité de Dieu. À quoi bon tout cela si c'est pour disparaître dans le néant ?

**Effet de conversion :** Et si je m'occupais un peu plus de mes proches en leur consacrant du temps ?

*Je prie pour les chrétiens dans le monde, afin qu'ils soient toujours d'authentiques témoins de Jésus-Christ.*

Samedi 19 mars 2016

« Rejetez tous les crimes que vous avez commis, faites-vous un cœur nouveau et un esprit nouveau ». (Ézéchiel 18, 31).

## Méditation du Pape François

« Le Seigneur nous appelle à un style de vie évangélique caractérisé par la sobriété, à ne pas céder à la culture de la consommation. Il faut rechercher ce qui est essentiel, apprendre à se dépouiller des mille choses superflues et inutiles qui nous étouffent. Détachons-nous du désir de posséder ; ne faisons pas de l'argent une idole, pour ensuite gaspiller. Mettons Jésus à la première place. Lui peut nous libérer de l'idolâtrie que nous rend esclave ».

## Dans ma vie

L'argent conduit le monde, cela se voit chaque jour et nous-mêmes nous sommes sous son influence. Il nous est difficile de nous en détacher vraiment. Pourtant, si Dieu a permis que nous en ayons, c'est aussi pour aider les autres.

**Effet de conversion :** Et si... je choisissais une œuvre à soutenir financièrement avant la fin de ce Carême ?

*Je prie pour toutes les personnes qui ont du pouvoir, afin qu'elles puissent le mettre au service de ceux qui en*

*ont le moins.*

## **Dimanche des Rameaux et de la Passion**

*20 mars 2016*

« C'est pourquoi Dieu l'a exalté : il l'a doté du Nom qui est au-dessus de tout nom, afin qu'au nom de Jésus tout genou fléchisse au ciel, sur terre et aux enfers » (Philippiens 2, 9-10).

### **Méditation du Pape François**

« La souffrance de l'autre constitue un appel à la conversion parce que le besoin du frère me rappelle la fragilité de ma vie, ma dépendance envers Dieu et mes frères. Si nous demandons humblement la grâce de Dieu et que nous acceptons les limites de nos possibilités, alors nous aurons confiance dans les possibilités infinies que l'Amour de Dieu a en réserve. Et nous pourrions résister à la tentation diabolique qui nous fait croire que nous pouvons nous sauver et sauver le monde tous seuls ».

#### **Dans ma vie**

On ne peut jamais se mettre à la place de ceux qui souffrent, mais au moins nous pouvons être à leurs côtés, prier pour eux, les assurer de notre amitié ou de notre amour et les confier au Seigneur.

**Effet de conversion :** Et si... je visitais une personne malade ou très âgée pour la réconforter.

*Je prie pour ceux qui souffrent dans leurs corps afin que leur douleur physique soit apaisée et qu'ils soient réconfortés moralement.*

## **Semaine Sainte**

### **Lundi Saint**

*21 mars 2016*

« Qu'une armée se déploie devant moi, mon cœur est sans crainte ; que la bataille s'engage contre moi, je garde confiance » (Psaume 26 (27), 3).

### **Méditation du Pape François**

« Dans les paroles humaines de Jésus, on sentait toute la force de la Parole de Dieu, on sentait même l'autorité de Dieu, Inspirateur des Saintes Écritures Et une des caractéristiques de la Parole de Dieu, c'est qu'elle réalise ce qu'elle dit, parce que la Parole de Dieu correspond à Sa Volonté. Nous, au contraire, nous prononçons souvent des paroles vides, sans racines, ou des paroles superflues, des paroles qui ne correspondent pas à la Vérité ».

#### **Dans ma vie**

Nous parlons souvent trop vite, trop, pas de manière très juste.... Bref, parler c'est souvent plus l'occasion de faire des maladresses que de faire le bien. Ce Carême est peut-être le bon moment pour progresser dans ce domaine.

**Effet de conversion :** Et si... je parlais un peu moins inutilement ?

*Je prie pour réussir à maîtriser mes paroles et pour que de ma bouche ne sorte que du bien.*

### **Mardi Saint**

*22 mars 2016*

« Maintenant le Fils de l'homme est glorifié, et Dieu est glorifié en lui. Si Dieu est glorifié en lui, Dieu aussi le glorifiera ; et il le glorifiera bientôt ». (Saint Jean 13, 31-32).

### **Méditation du Pape François**

« Notre joie n'est pas une joie qui naît du fait de posséder de nombreuses choses, mais elle naît du fait d'avoir rencontré une Personne : Jésus, qui est parmi nous ; elle naît du fait de savoir qu'avec Lui nous ne sommes jamais seuls, même dans les moments difficiles, même quand le chemin de la vie se heurte à des problèmes et à des obstacles qui semblent insurmontables, et il y en a tant ! Et à ce moment là vient l'Ennemi, vient le Fiable, si souvent déguisé en Ange, et insidieusement nous dit sa parole. Ne l'écoutons pas ! »

#### **Dans ma vie**

Nous avons parfois du mal à le croire, car nous ne le voyons pas physiquement, mais Jésus est avec nous chaque jour de notre vie. Il est réellement présents à nos côtés. Essayons de nous persuader un peu plus de sa présence fidèle.

Effet de conversion : Et si... j'essayais de m'imprégner du bon exemple d'un saint en lisant sa vie ?

*Je prie pour que Dieu me préserve des tentations multiples de faire le mal.*

### **Mercredi Saint**

*23 mars 2016*

« Mais je louerai le nom de Dieu par un cantique, je vais le magnifier, lui rendre grâce ». (Psaume 68 (69), 31).

### **Méditation du Pape François**

« Pour le croyant, la gratitude est au cœur même de la Foi : un chrétien qui ne sait pas remercier est quelqu'un qui a oublié la langue de Dieu. Cela est laid ! Rappelons-nous de la question de Jésus, quand Il guérit dix lépreux et que seul l'un d'eux revint le remercier (cf Luc 17, 18). Une fois j'ai entendu une personne âgée, très sage, très bonne, simple, mais avec cette sagesse de la piété, de la vie, qui disait : « La gratitude est une plante qui ne grandit que dans la terre des âmes nobles ». Cette noblesse d'âme, cette grâce de Dieu dans l'âme nous pousse à dire merci à la gratitude. C'est la fleur d'une âme noble ».

#### **Dans ma vie**

Beaucoup de choses nous paraissent normales et nous pensons qu'il est inutile d'en remercier les gens. Pourtant, un sourire, un merci, un geste de reconnaissance témoignent d'une vraie considération. Pensons-y souvent.

Effet de conversion : Et si... j'essayais de remercier vraiment les gens qui m'apportent quelque chose, même quand cela paraît anodin ?

*Je prie pour toutes les personnes qui ne savent pas dire merci, afin qu'elles perçoivent le bien qu'elles peuvent faire à travers ce simple mot.*

### **Jeudi Saint**

*24 mars 2016*

« Comment rendrai-je au Seigneur tout le bien qu'il m'a fait ? J'élèverai la coupe du salut, j'invoquerai le nom du Seigneur ». (Psaume 115 (116), 12-13).

## Méditation du Pape François

Tout baptisé est un « christophore », porteur du Christ, comme disaient les pères anciens. Celui qui a rencontré le Christ, comme la Samaritaine du puits, ne peut pas garder pour soi cette expérience. Il fait tous se demander si celui que nous rencontrons perçoit dans notre vie la chaleur de la Foi, s'il voit sur notre visage la joie d'avoir rencontré le Christ ».

### Dans ma vie

Aujourd'hui nous fêtons l'Institution de l'Eucharistie, dans laquelle précisément nous recevons Jésus-Christ en nous. À nous, en sortant de la Messe, de rayonner car nous portons Jésus... et ça ne se voit pas toujours ! Évitez donc dans les minutes qui suivent d'avoir des paroles ou des pensées mauvaises alors que Dieu est dans notre cœur.

**Effet de conversion :** Et si... j'essayais d'aller de temps en temps à la Messe en semaine pour y recevoir Jésus ?

*Je prie pour tous les Prêtres qui célèbrent chaque jour la Messe et l'offrent pour le Salut du monde.*

## Vendredi Saint

25 mars 2016

« Par suite de ses tourments, il verra la lumière, la connaissance le comblera » (Isaïe 53, 11).

## Méditation du Pape François

« Jésus, quand Il lamente: « Père, pourquoi M'as-Tu abandonné ? » - blasphème-t-il ? Voilà le mystère. Tant de fois j'ai entendu des gens qui sont dans l'épreuve qui ont tant perdu ou se sentent seuls ou abandonnés et qui se demandent : « Pourquoi ? Pourquoi ? » Ils se révoltent contre Dieu. Et je leur dit : « Continuez à prier comme ça, parce que c'est là aussi une façon de prier. Car c'était aussi une prière quand Jésus disait à Son Père : « Pourquoi M'as-Tu abandonné ? ». »

### Dans ma vie

Dans la souffrance, nous sommes souvent incapables de prier, de sentir la présence du Seigneur, nous avons envie de nous révolter. C'est bien humain. Pensons alors à Jésus sur la Croix, même si nous sommes incapables de faire plus.

**Effet de conversion :** Et si j'essayais déjà de traverser les difficultés quotidiennes avec un peu plus de joie et de bonne humeur ?

*Je prie pour demander pardon à Jésus de toutes les fautes dont je l'ai accablé moi aussi sur la Croix.*

## Samedi Saint

26 mars 2016

« L'homme ancien qui est en nous a été fixé à la croix avec lui pour que le corps du péché soit réduit à rien, et qu'ainsi nous ne soyons plus esclaves du péché » (Romains 6, 9).

## Méditation du Pape François

« Reconnaître que l'on a eu un manquement, et être désireux de restituer ce qui a été retiré – le respect, la sincérité, l'amour, – rend digne de pardon. Et ainsi se referme l'infection. Si nous ne sommes pas capables de présenter nos excuses, cela signifie que nous ne sommes pas non plus capables de pardonner. Dans une maison où l'on ne demande pas pardon, l'air commence à manquer, les eaux deviennent stagnantes. De

nombreuses blessures des sentiments, de nombreux déchirements dans les familles commencent avec la perte de ce mot précieux : « pardonne-moi ». »

### **Dans ma vie**

Ah ! Si nous savions demander pardon et pardonner sans limites, le monde s'en porterait certainement mieux. Le pardon chrétien est un trésor merveilleux qui n'a pas d'équivalent, c'est un don que le Seigneur nous a fait. Abusons-en.

**Effet de conversion :** Et si... j'acceptais avec générosité les pardons qui me sont demandés, sans chercher à écraser l'autre ?

*Je prie pour tous ceux qui n'osent pas demander pardon, afin que le Seigneur leur donne la force de le faire.*

## **Dimanche de Pâques**

*27 mars 2016*

« Notre pâque immolée, c'est le Christ ! Célébrons la Fête dans le Seigneur ! Alléluia ! » (1 Corinthiens 5 : 7, 8).

### **Méditation du Pape François**

« Accueillons la grâce de la résurrection du Christ ! Laissons-nous renouveler par la Miséricorde de Dieu, laissons la puissance de Son Amour transformer aussi notre vie ; et devenons des instruments de cette Miséricorde, des canaux à travers lesquels Dieu puisse irriguer la terre, garder toute la création et faire fleurir la justice et la paix ».

### **Dans ma vie**

C'est le plus grand mystère de notre Foi et le plus beau. Le Christ est revenu des morts pour nous débarrasser définitivement du mal et nous appeler avec Lui au Ciel pour l'éternité. Soyons dans la joie.

**Effet de conversion :** Et si... j'essayais en ce jour d'avoir un « visage de ressuscité » et de rayonner de joie ?

*Je prie en remerciant le Seigneur de tous les dons, toutes les joies dont Il m'a gratifié, et je bénis Son Nom.*

## **Vivre le Sacrement de Réconciliation avec le Pape François**

« N'oublions jamais qu'il n'existe aucun péché que Dieu ne puisse pardonner ! Si le confesseur n'a pas fait cette chose laide que confesse le pénitent, c'est simplement par la grâce de Dieu. Moi, prêtre, est-ce que j'aime autant le Seigneur que cette petite vieille. Même le plus grand pécheur qui vient devant Dieu pour demander pardon est terre sacrée.

Nous ne pouvons être vraiment dans la paix que si nous nous laissons réconcilier avec Dieu et nos frères dans le Seigneur Jésus. Et cela, nous le sentons tous dans notre cœur quand nous allons nous confesser, avec un poids dans l'âme, un peu de tristesse. Et quand nous recevons le Pardon de Jésus, nous sommes en paix, cette paix de l'âme si belle que seul Jésus peut donner.

Le Sacrement de Réconciliation est un Sacrement de guérison. Quand je vais me confesser, c'est pour guérir, guérir mon âme, guérir mon cœur de quelque chose que j'ai fait et qui ne va pas. L'icône biblique qui explique le mieux cela (...) est l'épisode du pardon et de la guérison du paralytique, où le Seigneur Jésus se révèle à la fois médecin des âmes et des corps.

Il ne suffit pas de demander pardon au Seigneur dans son esprit et son cœur, mais il est nécessaire de confesser humblement et avec confiance ses propres péchés au ministre de l'Église. Dans la célébration de ce Sacrement, le Prêtre ne représente pas seulement Dieu, mais toute la Communauté (...). Certains diront :

« Moi je me confesse seulement avec Dieu ». Oui, on peut dire à Dieu : « pardonne-moi », lui dire ses péchés, mais ceux-ci sont aussi contre nos frères et contre l'Église Il est donc nécessaire de demander pardon à l'Église et à nos frères à travers la personne du Prêtre.

Célébrer le Sacrement de Réconciliation signifie être enveloppé dans une étreinte chaleureuse : celle de la Miséricorde infinie du Père. Souvenons-nous de la belle parabole du fils qui est parti de chez lui avec l'argent de son héritage. Il a tout gaspillé et ensuite, alors qu'il n'avait plus rien, il a décidé de revenir chez lui, pas comme fils, mais comme serviteur. Il se sentait tellement coupable et avait tellement honte. Quelle surprise, quand il a commencé à parler pour demander pardon, et que le Père ne l'a pas laissé parlé, mais l'a étreint, embrassé et lui a fait fête ! Moi je vous le dis : chaque fois que nous allons nous confesser, Dieu nous embrasse, Il nous fait fête !

Certains ont peut de s'approcher de la Confession. Lorsqu'on va au confessionnal, on ressent un peu de honte, cela arrive à tout le monde. Mais cette honte est aussi une grâce qui nous prépare à être embrassés par le Père qui pardonne toujours.

Le pardon de nos péchés n'est pas quelque chose que nous pouvons nous donner à nous-mêmes. Je ne peux pas dire: « Je me pardonne mes péchés ». Le pardon se demande, se demande à un autre, et dans la confession, nous le demandons à Jésus. Le pardon n'est pas le fruit de nos efforts, mais c'est un cadeau, un don de l'Esprit Saint qui nous remplit du fleuve de Miséricorde et de grâce qui jaillit incessamment du Coeur béant du Christ Crucifié et ressuscité.

Même d'un point de vue humain, il est bon, pour se libérer, de parler avec son frère, de dire au Prêtre tout ce qui pèse si lourdement sur notre cœur. On sent alors qu'on se libère devant Dieu, l'Église et nos frères. N'ayez pas peur de la confession ! Quand on fait la queue pour se confesser, on ressent toutes ces choses, même la honte. Mais ensuite, quand la confession est terminée, on sort libre, grand, beau, pardonné, blanc, heureux !

La réconciliation entre nous et Dieu est possible grâce à la Miséricorde du Père qui, par Amour pour nous, n'a pas hésité à sacrifier Son Fils unique. En effet, le Christ, qui était juste et sans péché, s'est fait péché pour nous quand Il fut chargé de nos péchés sur la Croix, et ainsi nous a rachetés et justifiés devant Dieu. « En Lui » nous pouvons devenir justes. « En Lui » nous pouvons changer, si nous accueillons la grâce de Dieu et ne laissons pas passer en vain le « moment favorable ». S'il vous plaît, arrêtons-nous un peu et laissons-nous réconcilier avec Dieu ».

## **Prière**

Seigneur Jésus-Christ, Toi qui nous as appris à être miséricordieux comme le Père Céleste, et nous as dit que Te voir, c'est Le voir, montre-nous Ton Visage et nous serons sauvés.

Ton regard rempli d'amour a libéré Zachée et Matthieu de l'esclavage de l'argent, la femme adultère et Madeleine de la quête du bonheur à travers les seules créatures : Tu as fais pleurer Simon-Pierre après son reniement, et promis le Paradis au larron repent. Fais que chacun de nous écoute cette parole dite à la Samaritaine comme s'adressant à nous : « Si tu savais le don de Dieu ». Amen.

*Textes extraits du Hors Série N°5 de Ma Prière « Le Carême pour tous »*