

## Premier Dimanche de Carême (A) – 22.02.2026

**Gen 2,7–9 ; 3,1–7 ; Rom 5,12–19 ; Marc 4,1–11**

### INTRODUCTION

Un petit garçon courut un jour vers son père, la main pleine de fleurs des champs. « Papa, » dit-il, « je t'aime tellement et je veux maintenant ne faire que ce qui te plaît. » Imaginez si le père avait répondu durement : « Tu regretteras cela toute ta vie. Je vais te prendre tes jouets. Tu ne mangeras que ce que tu n'aimes pas. Plus rien de joyeux pour toi. » Aucun père aimant ne réagirait ainsi. Il aurait plutôt pris l'enfant dans ses bras, célébré son amour et guidé ses pas avec soin.

Pourtant, si souvent, nous traitons notre Père céleste comme ce parent sévère et inflexible. Nous craignons que, si nous nous donnons entièrement à Lui, Il nous enlève tout ce qui nous apporte de la joie. Aujourd'hui, en ce début de Carême, les lectures nous invitent à découvrir que Dieu n'est pas un tyran, mais un Père aimant qui désire notre confiance et notre cœur.

Nous nous trouvons au commencement du Carême, un temps de retour à Dieu et de pénitence. L'Église nous offre ces jours comme une occasion de réaligner nos vies et notre foi, de réfléchir à notre relation avec Dieu et avec les autres, d'examiner notre manière de vivre et, peut-être, de la transformer afin de vivre et de croire plus consciemment et plus pleinement.

Ceux qui empruntent ce chemin ne seront pas épargnés par les tentations. La question du sens de notre vie et de notre foi se pose sans cesse. En même temps, nous rencontrons de nombreuses choses qui cherchent à nous détourner de cette recherche.

Demandons au Seigneur Sa miséricorde, afin que, pendant ces quarante jours du Carême, nous puissions revenir à Lui et recentrer notre vie sur le Royaume de Dieu.

### ACTE PÉNITENTIEL

Seigneur Jésus-Christ, beaucoup de gens recherchent la richesse, et pourtant tu as dit : « L'homme ne vit pas seulement de pain, mais de toute parole qui sort de la

bouche de Dieu. » – Seigneur, prends pitié.

Beaucoup de gens s'estiment trop et adorent leur propre ego, et pourtant tu as dit : « Ne mets pas le Seigneur à l'épreuve. » – Christ, prends pitié.

Beaucoup cherchent le pouvoir et le succès à tout prix, servant même le mal, et pourtant tu as dit : « Arrière, Satan ! Tu ne serviras que le Seigneur. » – Seigneur, prends pitié.

## PRIÈRE D'ABSOLUTION

Que le Dieu bon, qui pardonne à tous ceux qui se repentent sincèrement, nous accorde sa miséricorde.

Délivre-nous de tous nos péchés, fortifie-nous dans tout ce qui est bon et conduis-nous à la vie éternelle.

## COLLECTE

Dieu bon, ces quarante jours de Carême nous offrent l'occasion de repenser notre vie. Chaque année, tu nous accordes ces jours saints, durant lesquels nos âmes

peuvent trouver repos et renouvellement, en revenant à ce qui compte vraiment.

Notre foi a Jésus pour fondement. Sois particulièrement proche de nous en ce temps. Que ces semaines approfondissent et enrichissent notre vie. Notre chemin traverse un désert merveilleux. Parfois, nous marchons avec courage et force. D'autres fois, nous nous sentons perdus et incertains. Pourtant, nous pouvons avoir confiance que tu marches avec nous.

En quête, nous sommes en voyage. Fais-nous entendre ta Parole et vivre selon elle. Nous te le demandons par Jésus, qui vit avec toi et nous aime, maintenant et toujours. Amen.

## HOMÉLIE 1 : Tentation, péché et confiance

Permettez-moi de commencer par une histoire : Un petit garçon courut un jour vers son père avec des fleurs des champs. « Papa, » dit-il, « je t'aime tellement et je veux maintenant ne faire que ce qui te plaît. » Imaginez si le père avait répondu durement : « Tu regretteras cela toute

ta vie. Je vais te prendre tes jouets. Tu ne mangeras que ce que tu n'aimes pas. Plus rien de joyeux pour toi. » Aucun père aimant ne réagirait ainsi. Il aurait plutôt pris l'enfant dans ses bras, célébré son amour et guidé ses pas avec soin.

Pourtant, si souvent, nous traitons notre Père céleste comme ce parent sévère. Nous craignons que, si nous Lui donnons notre confiance totale, Il nous enlève tout ce qui nous réjouit. Aujourd'hui, au début du Carême, les lectures nous invitent à découvrir que Dieu est un Père aimant, désirant notre confiance et notre cœur.

### 1. La nature de la tentation

Un homme reçut un jour un grand héritage et décida de tout donner à des œuvres de charité. Mais, au moment de le faire, il hésita, se demandant s'il aurait assez pour lui-même. Ce petit moment de méfiance reflète ce que le serpent fit dans le jardin d'Éden : semer le doute sur la providence de Dieu. Même lorsque Dieu a promis, notre cœur est tenté de douter.

Dans notre première lecture, nous découvrons l'histoire des premiers humains et de l'arbre au milieu du jardin. Le serpent tente la femme, mais le danger plus profond n'est pas le fruit lui-même, c'est la méfiance envers Dieu. Le serpent sème la suspicion : « Dieu sait que si vous mangez, vous serez comme Lui. Il ne veut pas que vous soyez heureux. »

Cette méfiance cachée est, selon moi, à la racine du péché originel. Elle se manifeste sous différentes formes : peur de se livrer à Dieu, doute de son amour, ou résistance à ses commandements. Je me souviens d'avoir préparé un groupe de jeunes à offrir eux-mêmes à Dieu : « Seigneur, voici mes mains. Utilise-les comme tu veux. Retire ce que tu souhaites. Guide-moi où tu veux. Que ta volonté soit faite en tout. »

Un jeune homme avoua qu'il ne pouvait pas prier ces mots. L'idée de se livrer complètement lui faisait peur. Voilà le cœur humain : craindre que faire confiance à Dieu signifie perdre ce que nous chérissons.

## 2. Exagération et jugement erroné

Un ami me racontait qu'un collègue disait : « Si je respecte toutes les règles de l'entreprise, je ne profiterai jamais de la vie ! » Pourtant, en essayant réellement, il se rendit compte que les règles le protégeaient d'erreurs plus graves et de stress inutile. Nous exagérons souvent les restrictions dans notre esprit, tout comme le serpent exagéra le commandement de Dieu.

Dans le récit d'Éden, la tentation vient aussi de l'exagération. Le serpent déforme le commandement : « Dieu a-t-il vraiment dit que vous ne pouviez pas manger de tel arbre ? » Dieu n'avait interdit qu'un seul arbre. Combien de fois exagérons-nous, pensant que les commandements limitent notre bonheur plutôt que de le protéger ?

La vie chrétienne n'est pas faite seulement de « tu ne dois pas » mais est remplie de promesses. Même dans la vie ordinaire, l'exagération nourrit la méfiance : « Il ne m'apprécie jamais », ou « Je rate toujours tout ». Reconnaître ces tendances nous aide à discerner où le serpent murmure encore dans nos vies.

## 3. Les étapes du péché

Un garçon voit un pot de biscuits sur le comptoir. D'abord il le regarde, puis il le désire, enfin il le prend. Simple et innocent, ce schéma se répète dans des tentations plus grandes : voir, désirer, prendre. Le Carême nous invite à pratiquer l'autodiscipline, même pour de petites choses. Le péché réel suit trois étapes : voir, désirer, prendre. Ce schéma se retrouve dans toute l'expérience humaine : le roi David vit Bethsabée, la désira et la prit. La première étape — voir — commence souvent notre chute.

En Carême, le jeûne ne consiste pas seulement à maîtriser l'appétit, mais aussi à guider les yeux et l'esprit. Il nous faut choisir ce que nous laissons entrer, protégeant notre cœur des images, paroles et désirs qui pourraient nous égarer. Le Carême entraîne notre vision, notre attention et notre cœur à s'aligner sur la volonté de Dieu.

## 4. Péché, mort et promesse de rédemption

Imaginez un serviteur qui trahit son maître et est condamné à mort. Mais le maître ne se contente pas de le pardonner ; il l'adopte comme fils, lui donnant un honneur

plus grand qu'avant. Cela reflète ce que fait le Christ pour nous : par son obéissance et son amour, Il nous élève au-delà de l'état d'Adam et Ève.

Paul nous rappelle dans la lettre aux Romains que par un homme, le péché et la mort sont entrés dans le monde. La désobéissance d'Adam a libéré une puissance sur l'humanité — un « superpouvoir » du péché qui nous asservit encore. Mais Paul montre l'espérance : par Jésus-Christ, l'obéissance et la vie sont rétablies.

Jésus ne nous ramène pas simplement à l'état originel d'Adam ; Il élève notre dignité. Comme le serviteur qui trahit le roi mais est adopté comme fils du roi, nous recevons un statut plus grand que celui des premiers humains. Par le Christ, les chaînes du péché et de la mort sont brisées. Même si nous trébuchons, nous ne sommes plus prisonniers de nos échecs.

## 5. La foi éprouvée dans le désert

Une étudiante étudia toute la nuit avant un examen, anxieuse à propos de chaque question possible.

Lorsqu'elle affronta finalement l'épreuve, elle comprit que

la préparation et la confiance dans son professeur suffisaient. De même, les quarante jours de Jésus dans le désert ont éprouvé sa foi — non par la faim ou le danger, mais en montrant que faire confiance pleinement à Dieu est plus fort que compter sur sa propre force.

L'évangile de Matthieu montre Jésus dans le désert, tenté pendant quarante jours. « Tentation » ici n'est pas seulement séduction mais épreuve, terrain de test pour la foi. Jésus fait face à trois tentations qui reflètent celles d'Israël : faim, désir de signes, pouvoir mondain.

1. Faim : Jésus est tenté de transformer les pierres en pain. Il répond : « L'homme ne vit pas seulement de pain, mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu. » La foi véritable confie à Dieu nos besoins quotidiens plutôt que de compter uniquement sur nous-mêmes.

2. Éprouver Dieu : Satan invite Jésus à prouver la présence de Dieu par un acte spectaculaire. Jésus refuse d'abuser de sa puissance divine pour faire

spectacle, nous enseignant que la foi n'est pas à démontrer mais à vivre en confiance.

3. Pouvoir terrestre : Satan offre tous les royaumes du monde si Jésus l'adore. Jésus répond : « Tu adoreras le Seigneur ton Dieu et Lui seul tu serviras. » Même dans l'abondance, Dieu doit rester premier.

Ces tentations nous concernent encore : l'attrait de l'autosuffisance, le désir de signes, le pouvoir ou la richesse. Jésus nous montre que la foi doit être éprouvée et enracinée en Dieu seul.

- Je me souviens d'un jeune homme qui se plaignait du commandement contre les relations prémaritales. Il se sentait limité, pensant que Dieu refusait sa joie. Mais le commandement protège la vie et l'amour, il ne les supprime pas.
- Pensez à la famille qui utilise mal les sacrements pour l'apparence : la première communion d'un enfant devient un spectacle social et non un moment spirituel. La tentation vient souvent sous des formes

subtiles et acceptées socialement, défiant notre intégrité.

- Et le jeûne ? Ce n'est pas une punition, mais un entraînement pour les yeux et les désirs, comme éviter un catalogue ou un spectacle qui suscite convoitise ou désir. Le Carême nous prépare à la vigilance dans la vie quotidienne.

Pour revenir à notre histoire d'ouverture : le petit garçon qui offrait ses fleurs reçut en retour amour et attention. Dieu, notre Père, reçoit notre confiance, notre jeûne et notre repentir avec un amour encore plus grand. Il ne nous diminue pas, mais nous élève à une vie nouvelle par le Christ.

Alors que nous avançons dans le Carême, souvenons-nous : la tentation nous éprouve mais nous enseigne. Le péché entre dans le monde, mais la grâce aussi. Faisons confiance à Celui qui a déjà passé toutes les épreuves, qui intercède pour nous comme notre Grand Prêtre, qui brise les chaînes du péché et nous invite au festin du salut. Le Carême est notre temps pour nous

appuyer pleinement sur son amour, pratiquer la maîtrise de soi, cultiver la foi et marcher avec le Christ, vainqueur du péché et de la mort. Amen.

## HOMÉLIE 2 : Marcher avec Jésus dans le désert

Permettez-moi de commencer par une histoire. En 2011, une artiste de la Nouvelle-Orléans, Sandy Chang, peignit un mur avec de la peinture tableau noir et écrivit : « Avant de mourir, je veux... » Les passants étaient invités à compléter la phrase. On y lut : « Apprendre la trompette », « Planter un arbre », « Voir le Taj Mahal », « Avoir sept enfants ». Une personne écrivit même : « Faire la paix avec mon voisin. » Le mur devint un lieu de réflexion, rappelant que la vie est pleine de commencements, de choix et de rêves. Chaque commencement comporte un défi : il nous demande de faire un pas dans l'inconnu. C'est ce que le Carême nous invite à faire : faire une pause, réfléchir et entrer dans le désert de notre cœur, en marchant avec Jésus comme Il l'a fait.

Après son baptême, Jésus fit une expérience puissante : les cieux s'ouvrirent, l'Esprit descendit et Dieu dit : « Celui-ci est mon Fils bien-aimé. » Il dut se demander : Qui suis-je vraiment ? Quelle est ma mission ? Qu'est-ce que cela signifie d'être le Fils de Dieu ? Mais au lieu de commencer immédiatement son ministère public, Jésus se retira dans le désert pendant quarante jours. L'Esprit le conduisit dans un lieu de vide et de silence, où la faim, la soif et la solitude l'obligèrent à affronter les questions essentielles de la vie.

Imaginez un randonneur perdu dans les montagnes. Le chemin disparaît, le vent hurle, il est seul. Au début, la peur et la faim dominent, mais peu à peu, il remarque la beauté autour de lui, trouve une source d'eau et découvre des forces qu'il ne soupçonnait pas. Le désert agit de la même manière : il dépouille des distractions et révèle ce qui compte vraiment.

Tentation et choix

Dans le désert, Jésus fit face à trois tentations :

1. Pain pour la faim : « Transforme ces pierres en pain. » Il aurait pu satisfaire sa faim et aider d'autres. Mais Jésus savait que la vie est plus que le pain ; il y a une faim plus profonde — de Dieu, de sens, d'amour. Pensez à quelqu'un qui travaille sans cesse pour acheter une plus grande maison ou de beaux objets. Il se sent satisfait un moment, mais le désir profond de lien, de but ou de paix reste. Le pain seul ne peut remplir le cœur.

2. Se prouver : « Jette-toi du temple et Dieu te sauvera. » C'était la tentation de chercher attention et admiration. Jésus refusa. Il fit confiance à Dieu plutôt que de réclamer des signes.

Un étudiant demanda un jour à son professeur : « Si je fais cela parfaitement, aurez-vous une récompense ? » Le professeur sourit : « Non. Fais-le parce que c'est juste, pas pour la récompense. » Comme l'étudiant, Jésus agit par foi, non pour le spectacle.

3. Pouvoir et contrôle : Le diable promet la royauté et l'autorité. Jésus savait que le désir de tout contrôler

mène à la ruine. Sa réponse : « Adore le Seigneur ton Dieu et ne sers que Lui. » Dieu seul suffit ; seul l'amour et le service apportent la vie durable.

Ces tentations ne concernent pas seulement Jésus, elles sont nôtres. Le confort, la reconnaissance, le pouvoir nous attirent chaque jour. La vie peut nous mener dans des déserts : maladie, perte, crises, luttes personnelles. Le désert nous interroge : en qui avons-nous confiance ? Comment vivons-nous ?

Pendant la pandémie, beaucoup se sont sentis perdus, isolés, impuissants. Certains se sont réfugiés dans les biens matériels ou les distractions, d'autres ont découvert de nouvelles façons de prier, servir et se relier à leur famille. Ces déserts révèlèrent ce qui comptait vraiment.

Prendre du recul

Le temps dans le désert rappelle l'importance de la pause. Aujourd'hui, on prend des week-ends de bien-être, des retraites ou des aventures pour se ressourcer. La raison de Jésus était plus profonde : Il entra dans le désert pour affronter le mal et préparer sa mission. Le Carême peut

être notre temps spirituel pour réfléchir à notre vie, nos choix et notre vocation comme enfants bien-aimés de Dieu.

Un professeur dit à ses élèves : « Parfois, reculer permet de voir le chemin devant soi plus clairement. » Un élève fit une pause d'une semaine sur les réseaux sociaux et réalisa ce qui le rendait vraiment heureux — l'amitié, l'étude, la prière — plutôt que le défillement sans fin. Le Carême nous invite à faire de même.

#### Commencements et renouveau

Le Carême est aussi une saison de commencements. Comme le mur de Nouvelle-Orléans invitait à compléter « Avant de mourir, je veux... », le Carême nous demande : « Qu'est-ce qui compte le plus ? Comment veux-tu vivre ? » Chaque commencement comporte magie et défis. Les quarante jours de Jésus dans le désert rappellent que les nouveaux départs sont souvent éprouvés, mais peuvent conduire à une vie pleine.

Anecdote : un jeune couple déménagea dans une nouvelle ville pour le travail, laissant amis et famille derrière. Au

début, tout semblait solitaire et difficile. Mais peu à peu, ils construisirent une communauté, trouvèrent du sens dans leur travail et découvrirent des talents cachés. Les nouveaux départs demandent patience, confiance et courage — comme le Carême.

#### Conclusion

Pour finir par une histoire du quotidien : un petit garçon planta une petite graine dans un pot. Chaque jour, il l'arrosoit et observait. Des semaines passèrent, rien ne semblait se passer. Puis, un matin, un petit germe vert apparut. Le garçon fut ravi. Il avait pris soin de la graine avec patience et attention.

Le Carême est comme cette graine. Nos prières, notre jeûne, nos actes d'amour semblent petits au début. Mais avec le soin de Dieu, ils grandissent en vie, amour et espérance, bénissant le monde. Prenons le temps, ce Carême, d'entrer dans le désert avec Jésus, de faire face à nos tentations, de réfléchir à nos choix et de faire confiance à l'amour de Dieu. Et demandons-nous, comme le mur invitait : « Avant de mourir, pour quoi veux-je vivre ?

» Vivons comme enfants bien-aimés de Dieu, servant, confiants et aimants chaque jour. Amen.

## **INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES**

Portons nos dons à l'autel, les offrant avec gratitude et demandant à Dieu de nous aider à résister à la tentation et à croître dans la foi. Prions pour qu'ils soient agréables à Dieu le Père tout-puissant.

## **PRIÈRE SUR LES OFFRANDES**

Dieu bon, dans le pain eucharistique, tu t'approches de nous et te donnes entièrement. Transforme-nous par ces dons de pain et de vin, afin que nous résistions aux tentations qui cherchent à nous éloigner de toi. Nous te le demandons par le Christ, notre Seigneur. Amen.

## **PRÉFACE**

Vraiment, il est juste et bon de te rendre grâce, Dieu bon, encore et encore. Toi, Dieu de bonté et de miséricorde, tu ne cesses d'appeler à la plénitude de la vie.

Même lorsque nous sommes pris dans le péché et la culpabilité, tu nous offres le pardon. Tu nous invites à nous abandonner totalement à ta grâce. Bien que nous ayons rompu ton alliance à maintes reprises, tu ne nous as jamais abandonnés.

Par Jésus, ton Fils, tu as rapproché l'humanité de toi, si bien que nous ne pouvons jamais être séparés de toi. Tu offres à ton peuple un temps de réconciliation et enlèves la lourde pierre de nos cœurs, afin que nous puissions respirer librement en Christ. Par la guidance de l'Esprit Saint, nous pouvons vivre selon ta Parole. Pour cela, nous te rendons grâce et nous nous émerveillons. En union avec les anges et les saints, nous louons la puissance de ton amour et proclamons avec joie : Saint, Saint, Saint...

## PRIÈRE EUCHARISTIQUE II

(*Texte inchangé, seuls les paragraphes pour méditation personnelle sont insérés*)

Avant l'épiclesis :

*Seigneur, alors que nous invoquons l'Esprit Saint pour sanctifier ces dons, que ton Esprit sanctifie aussi nos cœurs pendant ce chemin de Carême. Fortifie-nous pour résister à la tentation, pour avoir confiance en ta providence et pour marcher fidèlement avec le Christ dans le désert de notre vie quotidienne.*

Après l'anamnèse :

*Alors que nous nous souvenons de la passion, de la mort et de la résurrection salvatrice du Christ, puissions-nous aussi reconnaître la vie nouvelle qui nous est offerte. Par sa victoire sur le péché et la mort, puissions-nous nous relever chaque jour de nos échecs et tentations, renouvelés dans l'espérance et capables de vivre comme enfants bien-aimés de Dieu.*

## INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR

Confiants dans la sollicitude de Dieu, prions avec assurance, sachant qu'il nous écoute et nous donne ce dont nous avons besoin.

### EMBOLISME

Délivre-nous, Seigneur, de tout mal et accorde-nous ta paix dans nos cœurs et dans le monde.

Fortifie notre foi, afin que nous puissions faire confiance à ta providence comme Jésus l'a fait dans le désert.

Libère-nous des pièges de la tentation, éloigne-nous du péché et aide-nous à vivre selon ta volonté.

Garde-nous dans ton amour, afin que, le cœur uni, nous célébrions cette Eucharistie avec joie, dans l'attente de ton Royaume.

### PRIÈRE POUR LA PAIX

Seigneur Jésus-Christ, Prince de la Paix, tu nous as montré que la vraie paix vient de la confiance en ton amour.

Alors que nous marchons avec toi à travers les déserts de notre vie — épreuves, tentations et luttes — accorde-nous de porter ta paix les uns aux autres.

Guéris les blessures de nos cœurs, adoucis la dureté de nos esprits et fortifie-nous pour pardonner comme nous avons été pardonnés.

Que ta paix habite nos familles, nos communautés et le monde entier, afin que ton Royaume d'amour et de réconciliation grandisse parmi nous.

Nous te le demandons par le Christ notre Seigneur. Amen.

### **INVITATION À LA COMMUNION**

Voici l'Agneau de Dieu, qui enlève les péchés du monde. Heureux ceux qui sont appelés au repas de l'Agneau. Tous : Seigneur, je ne suis pas digne que tu entres sous mon toit, mais dis seulement une parole et mon âme sera guérie.

### **MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION**

Comme le petit garçon qui planta une graine, nos prières, notre jeûne et nos actes d'amour peuvent sembler petits au début. Mais avec le soin de Dieu, ils grandissent en vie, amour et espérance qui bénissent le monde.

### **PRIÈRE APRÈS LA COMMUNION**

Dieu bon, notre vie est comme le parcours de l'eau. Elle commence par une petite goutte et continue son chemin. Parfois calme, parfois sauvage et écumante, elle poursuit toujours — sous ta bénédiction.

Sois proche de nous par ta bénédiction, afin que nous sentions la source et puissions l'eau de la vie. Nous te le demandons et te remercions, aujourd'hui et tous les jours de notre vie. Amen.

### **BÉNÉDICTION FINALE**

Que Dieu nous bénisse, afin que nous ne cédions pas aux tentations des promesses éphémères.

Qu'Il nous donne le discernement de comprendre que

nous ne pouvons être pleinement humains qu'en L'acceptant comme notre Dieu, et non pour nos seuls intérêts.

Que Dieu nous accorde ce qui est bon pour nous, nous fortifie pour faire Sa volonté et nous guide là où Il veut que nous soyons.

Que le Dieu aimant nous bénisse et nous guide, + le Père, le Fils et le Saint-Esprit. Amen.

## RENOVI

Allez en paix, en glorifiant le Seigneur par votre vie.

## PENSÉE À EMPORTER

Ce Carême, souvenez-vous : Dieu n'est pas un maître sévère mais un Père aimant. La tentation nous enseigne, le péché nous met au défi, et la grâce nous transforme. Faisons-Lui confiance, marchons avec Lui dans le désert et laissons nos petits actes d'amour et de sacrifice croître en une vie abondante.

## Lundi de la 1re semaine de Carême

*Lév 19,1–2.11–18 ; Mt 25,31–46*

### INTRODUCTION

Il y a quelques années, un homme se hâta dans une rue de la ville lorsqu'il remarqua une femme âgée peinant à porter ses courses. Il hésita—il était en retard et fatigué—mais finalement s'arrêta pour l'aider à rentrer chez elle. En partant, elle lui sourit et dit doucement : « Vous avez été très aimable. » Plus tard dans la soirée, il comprit que quelque chose de plus profond s'était produit : en s'arrêtant pour elle, c'est lui-même qui avait été transformé.

Dans les lectures d'aujourd'hui, Dieu nous rappelle que la sainteté n'est ni lointaine ni abstraite. Elle se vit dans l'honnêteté, la compassion et l'amour du prochain. Jésus nous dit clairement que tout ce que nous faisons pour les plus petits, nous le faisons pour lui. Cette Eucharistie nous invite à ouvrir nos yeux et nos cœurs, pour que l'amour devienne visible dans notre vie quotidienne.

En commençant cette célébration, le Carême nous demande de ralentir et de regarder à nouveau—nos choix, nos priorités, et les personnes que nous croisons si facilement sans les voir. Dans les moments ordinaires de la vie, Dieu est déjà présent, attendant d'être reconnu et servi.

### **ACTE PÉNITENTIEL**

Frères et sœurs, reconnaissions nos péchés, et préparons-nous ainsi à célébrer les mystères sacrés. Seigneur Jésus, vous vous identifiez aux pauvres et aux oubliés. Seigneur, prends pitié.

Christ Jésus, vous nous appelez à aimer non pas en paroles mais en actes. Christ, prends pitié.

Seigneur Jésus, vous jugerez le monde avec justice et compassion. Seigneur, prends pitié.

### **PRIÈRE D'ABSOLUTION**

Que le Dieu de miséricorde et de compassion purifie nos coeurs, pardonne nos péchés,

et nous conduise sur le chemin de la conversion vers la vie éternelle. Amen.

### **COLLECTE**

Ô Dieu, notre salut, vous nousappelez à être saints comme vous êtes saint et à reconnaître votre Fils dans le plus petit de nos frères et sœurs.

Tournez nos cœurs vers vous, éclairez nos esprits, et fortifiez notre volonté, afin que ce temps de Carême nous renouvelle vraiment dans la foi, l'espérance et l'amour actif.

Par notre Seigneur Jésus-Christ, votre Fils, qui vit et règne avec vous dans l'unité du Saint-Esprit, Dieu, pour les siècles des siècles. Amen.

### **HOMÉLIE**

Il y a quelques années, un jeune homme rentrant tard chez lui aperçut un petit groupe de personnes regroupées dans un parc, grelottant et partageant un morceau de pain. D'abord hésitant, il leur donna les sandwiches qu'il avait, resta un peu pour parler avec eux, puis rentra chez lui. Ce

simple acte de bonté lui laissa une paix inattendue, bien qu'il ne s'en rendît pas compte sur le moment—il avait rencontré le Christ dans ceux qui avaient besoin d'aide.

Dans l'Évangile d'aujourd'hui, Jésus nous dit que le critère de nos vies se résume à une seule question : comment avons-nous traité notre prochain dans le besoin—le faim, la soif, l'étranger, le nu, le malade et le prisonnier ? Nous ne sommes pas jugés sur la quantité de nos prières ou sur la fréquence de nos offices. Ce qui compte, c'est l'amour en action.

Jésus va encore plus loin : « Tout ce que vous avez fait à l'un de ces plus petits, c'est à moi que vous l'avez fait. » Nourrir, vêtir, accueillir ou prendre soin de quelqu'un dans le besoin, c'est servir le Christ lui-même. Les ignorer, c'est lui tourner le dos. Souvent, comme les gens dans l'Évangile, nous ne réalisons même pas qui nous rencontrons.

C'est pourquoi l'Évangile peut être si exigeant. Le Christ n'est pas seulement présent dans les lieux sacrés de

prière et d'adoration, mais caché dans les rencontres ordinaires, surtout là où il y a faiblesse, besoin ou souffrance. Beaucoup de gens servent le Seigneur chaque jour sans le savoir, simplement en répondant avec bonté, patience et générosité à ceux qui dépendent des autres pour vivre dignement.

La croix nous rappelle cette vérité. Là, Jésus lui-même avait faim, soif, était étranger, nu, malade et prisonnier. Chaque fois que nous rencontrons quelqu'un dans sa fragilité, nous sommes au pied de cette même croix. La foi n'est pas seulement croire—c'est l'amour en action, visible, concret et miséricordieux.

Le jeune homme dans le parc pensait ne donner que des sandwiches. En réalité, il avait servi le Christ. Chaque acte de compassion, même petit, touche le ciel. Aujourd'hui, le Carême nous appelle à voir le Christ dans les vulnérables et à répondre avec un amour qui agit—car c'est ainsi que le ciel se manifeste dans notre monde.

## **INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES**

Prions, frères et sœurs,  
afin que notre offrande de pain et de vin,  
et l'offrande de nos vies,  
soit agréable à Dieu,  
notre Père aimant et miséricordieux.

## **PRIÈRE SUR LES OFFRANDES**

Seigneur Dieu,  
en présentant ces dons sur ton autel,  
apprends-nous à offrir non seulement le pain et le vin,  
mais aussi nos vies, rendues saintes par la justice, la  
miséricorde et l'amour du prochain.  
Que ce sacrifice nous transforme  
en un peuple attentif aux affamés, aux étrangers et aux  
oubliés. Par le Christ notre Seigneur. Amen.

## **PRÉFACE**

Il est vraiment juste et nécessaire,  
notre devoir et notre salut,  
de te rendre grâce toujours et en tout lieu,  
Seigneur, Père saint, Dieu tout-puissant et éternel.

En ce temps de Carême,  
tu nous rappelles ce qui est vraiment important,  
nous enseignant que la sainteté se trouve  
non seulement dans la prière et le sacrifice,  
mais dans l'amour rendu visible par la miséricorde et la  
compassion.  
Par ton Fils, Jésus-Christ,  
tu nous montres ton visage  
dans la faim, la soif, l'étranger et le pauvre,  
et tu nous invites à le reconnaître  
dans le plus petit de nos frères et sœurs.  
Alors que nous marchons sur ce chemin de conversion,  
tu nous nourris de ta parole  
et nous fortifies à cette table de vie,  
afin que, renouvelés dans l'amour,  
nous puissions te servir plus fidèlement les uns les autres.  
Et avec les anges et les saints,  
et tous ceux qui s'efforcent d'aimer comme toi,  
nous chantons l'hymne de ta gloire :  
Saint, Saint, Saint...

## **PRIÈRE EUCHARISTIQUE II**

*(Texte inchangé, sauf paragraphes ajoutés pour méditation personnelle)*

Paragraphe inséré avant l'Épiclesis

En nous rassemblant autour de cet autel,  
nous nous rappelons que nous ne venons pas seuls,  
mais portons avec nous les cris des affamés,  
la solitude des oubliés,  
et les espoirs silencieux de ceux qui attendent la  
compassion.

Que cette Eucharistie ouvre nos yeux  
pour reconnaître ton Fils  
dans chaque visage humain que nous rencontrons.

*(Épiclesis – texte original inchangé)*

*(Anamnèse – texte original inchangé)*

Paragraphe inséré après l'Anamnèse

En proclamant ce mystère de foi,  
nous renouvelons notre engagement à vivre ce que nous  
célébrons :

devenir le pain rompu pour les autres  
et la coupe versée en service,  
afin que ton amour devienne tangible dans notre monde.

*(La Prière Eucharistique continue ensuite inchangée  
jusqu'à sa conclusion.)*

## **INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR**

Unis comme une seule famille en Christ, et confiants dans  
la miséricorde de notre Père, prions avec assurance la  
prière que Jésus lui-même nous a donnée :

## **EMBOLISME**

Délivre-nous, Seigneur, nous t'en prions,  
de tout ce qui nous lie et nous divise ;  
accorde-nous la paix en nos jours, afin que, soutenus par  
ta miséricorde,  
nous marchions dans la liberté et l'espérance,  
attendant l'accomplissement de ta promesse  
et la venue de notre Sauveur, Jésus-Christ.

## **PRIÈRE POUR LA PAIX**

Seigneur Jésus-Christ,  
tu es notre paix et notre réconciliation.  
Ne regarde pas nos faiblesses et nos péchés,  
mais la foi de ton Église,  
et accorde-lui par grâce l'unité et la paix,  
afin que, renouvelés dans l'amour,  
nous soyons un signe de ta miséricorde pour le monde.  
Qui vit et règne pour les siècles des siècles. Amen.

## **INVITATION À LA COMMUNION**

Voici Jésus, le Pain de Vie,  
qui se donne pour la vie du monde.  
Heureux ceux qui sont invités au festin de l'Agneau.

## **MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION**

Nous avons reçu le Pain de Vie,  
la présence du Christ au milieu de nous.  
Il nous envoie maintenant pour le reconnaître au-delà de  
cet autel— dans les affamés, les solitaires et les oubliés.  
Ce que nous avons reçu dans la foi,  
vivons-le maintenant dans l'amour.

## **PRIÈRE APRÈS LA COMMUNION**

Seigneur Dieu,  
tu nous as nourris du Corps et du Sang de ton Fils.  
Que ce sacrement nous fortifie  
pour le reconnaître dans ceux qui souffrent  
et le servir avec des cœurs généreux.  
Que cette Eucharistie porte du fruit  
dans des vies de miséricorde, de justice et d'amour  
humble.  
Par le Christ notre Seigneur. Amen.

## **BÉNÉDICTION FINALE**

Que le Seigneur vous bénisse et vous garde.  
Qu'il tourne vers vous son visage  
et vous enseigne à le reconnaître dans le plus petit.  
Qu'il fortifie vos mains pour le service  
et vos cœurs pour l'amour.  
Et que le Dieu tout-puissant,  
le Père, le Fils et le Saint-Esprit, vous bénisse. Amen.

## **RENOVI**

Allez dans la paix, en glorifiant le Seigneur par votre vie.

## **PENSÉE À EMPORTER**

Le Seigneur ne nous demande pas combien nos actions furent grandes,  
mais combien d'amour nous y avons mis.  
Ce Carême, un petit acte de compassion  
peut être le lieu même où nous rencontrons le Christ.

## **Mardi de la 1re semaine de Carême**

*Isaïe 55,10-11 ; Matthieu 6,7-15*

## **INTRODUCTION**

Une femme a raconté qu'un jour, lorsque la vie devenait trop lourde, elle avait cessé d'essayer d'expliquer tout à Dieu et s'était simplement mise à prier le Notre Père—lentement, une phrase à la fois. « D'une manière ou d'une autre, » disait-elle, « ces paroles me soutenaient quand je ne pouvais plus me soutenir moi-même. »

Les lectures d'aujourd'hui nous invitent à cette même simplicité confiante. Par le prophète Isaïe, Dieu nous assure que sa Parole ne revient jamais sans effet : comme la pluie qui tombe sur la terre, elle fait germer la vie et accomplit ce que Dieu veut. Dans l'Évangile, Jésus nous enseigne à prier—non pas avec de longues phrases, mais avec confiance en un Père aimant qui connaît déjà nos besoins.

Nous venons à cette Eucharistie tels que nous sommes, sans conditions et sans choses à exhiber. Nous apportons

notre fatigue et notre gratitude, nos blessures et nos espoirs. Dieu accueille tout cela. En célébrant ce mystère sacré, que nos oreilles soient ouvertes pour entendre sa Parole, nos lèvres prêtes à louer et à remercier, et nos coeurs disposés à être façonnés par la prière que Jésus lui-même a mise sur nos lèvres.

### **ACTE PÉNITENTIEL**

Frères et sœurs, reconnaissons nos péchés et préparons-nous ainsi à célébrer les mystères sacrés.

Seigneur Jésus, tu es la Parole de Dieu qui nous est adressée.

Seigneur, prends pitié.

Christ Jésus, tu es le Fils du Dieu vivant, qui nous enseigne à prier le Père.

Christ, prends pitié.

Seigneur Jésus, tu nous parles des paroles de vie et tu nous renouvelles par ta grâce.

Seigneur, prends pitié.

### **PRIÈRE D'ABSOLUTION**

Que Dieu, riche en miséricorde et patient dans son amour, nous regarde avec compassion, guérisse ce qui est brisé en nous et nous rétablisse dans l'amitié avec lui, par le Christ notre Seigneur. Amen.

### **COLLECTE**

Seigneur notre Dieu,  
regarde avec bonté ton Église.

Alors que nous disciplinons notre corps par la modération et que nous nous tournons vers toi dans la pénitence, fais croître en nous l'aspiration véritable à toi.

Par notre Seigneur Jésus-Christ, ton Fils,  
qui vit et règne avec toi  
dans l'unité du Saint-Esprit,  
Dieu, pour les siècles des siècles. Amen.

### **HOMÉLIE**

Une jeune enfant observait chaque matin sa grand-mère prier. Il n'y avait ni longs discours ni gestes dramatiques. Elle s'asseyait simplement à la table de la cuisine, les mains autour d'une tasse de thé, et disait doucement le

Notre Père. Un jour, l'enfant demanda : « Pourquoi récites-tu la même prière chaque jour ? Ne dis-tu jamais à Dieu ce dont tu as vraiment besoin ? » La grand-mère sourit et répondit : « Cette prière dit à Dieu tout ce que j'ai besoin de me rappeler. »

Cette réponse simple nous conduit au cœur de l'Évangile d'aujourd'hui et de la saison du Carême. Jésus nous dit que la prière n'a pas pour but d'informer Dieu de ce qu'il ignore déjà. « Votre Père sait de quoi vous avez besoin avant que vous le lui demandiez. » La prière ne consiste pas à dire beaucoup de mots ni à persuader ou manipuler Dieu. Elle nous transforme. Elle façonne ce que nous sommes devant Dieu et ce que nous devenons.

À travers l'histoire, il y a toujours eu des voix appelant à la conversion—des signaux enracinés dans la Parole de Dieu et attentifs à la vie humaine. Jésus est l'une de ces voix et, dans l'Évangile d'aujourd'hui, il aborde une lutte très humaine : notre difficulté à prier. Certains ont l'impression que Dieu s'éloigne ; d'autres manquent de courage ou de mots pour lui parler. Jésus le sait et fait quelque chose

d'unique. Une seule fois dans les Évangiles, il enseigne une prière à ses disciples, et cette prière est le Notre Père.

Cette prière occupe une place privilégiée dans l'Église parce qu'elle vient directement de Jésus. Les chrétiens de toutes confessions peuvent la prier ensemble. À la messe, nous nous levons pour la dire, comme nous nous levons pour écouter l'Évangile, car elle porte l'autorité du Seigneur lui-même. Sa puissance ne réside pas dans sa longueur mais dans sa profondeur. Elle est courte, simple et essentielle—comme le Carême lui-même.

C'est pourquoi Jésus contraste cette prière avec le bavardage des païens. Beaucoup de mots peuvent devenir une tentative de contrôler Dieu ; peu de mots, priés avec confiance, nous ouvrent à sa présence transformatrice. Le Notre Père exprime une profonde confiance dans la providence aimante du Père. Dieu attend que nous priions, non pas parce qu'il a besoin d'informations, mais parce qu'il désire la relation. Il aime l'humanité et écoute.

Le Carême nous ramène à l'essentiel. Hier, l'Évangile mettait en avant le don aux pauvres ; aujourd'hui, il met l'accent sur la prière. Une pratique simple du Carême peut être de ralentir avec le Notre Père—prendre une intention chaque jour et la laisser reposer dans notre cœur. La prière devient alors moins un discours qu'une transformation : elle nous rend plus proches de la personne que Dieu veut que nous soyons.

Des années plus tard, la même enfant, devenue adulte, s'assit au chevet de sa grand-mère à l'hôpital. Les mots manquaient. La peur et la tristesse remplissaient la pièce. Elles prièrent donc le Notre Père ensemble, lentement, phrase par phrase. Quand elles eurent fini, la grand-mère murmura : « Tu vois ? Cela dit toujours tout à Dieu. » Et à ce moment, la prière fit exactement ce que Jésus voulait : elle ne changea pas Dieu, mais transforma celui qui pria, remplissant le silence de confiance, d'espérance et de paix.

Que ce Carême nous aide à redécouvrir le Notre Père non comme des paroles que l'on récite à la hâte, mais comme

la forme même de nos vies de disciples de Jésus—tournés vers Dieu, ouverts aux autres et enracinés dans la confiance en notre Père aimant.

### **INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES**

Priez, frères et sœurs,  
que, comme nous déposons ces dons sur l'autel,  
nous puissions aussi déposer devant Dieu  
notre confiance, notre désir et notre soif d'apprendre à  
prier,  
afin que ce sacrifice et nos vies  
soient agréables à Dieu, le Père tout-puissant.

### **PRIÈRE SUR LES OFFRANDES**

Seigneur,  
reçois avec bonté ces offrandes  
que nous apportons devant toi avec foi.  
Alors que nous réapprenons à prier comme tes enfants,  
purifie nos cœurs et rends nos vies agréables à tes yeux.  
Par le Christ notre Seigneur. Amen.

## PRÉFACE

Il est vraiment juste et nécessaire,  
notre devoir et notre salut,  
de te rendre grâce toujours et en tout lieu,  
Seigneur, Père saint, Dieu tout-puissant et éternel.

Car, par ta Parole,  
tu parles au cœur de l'homme,  
nous rappelant à la confiance,  
à la simplicité,  
et à une prière façonnée par l'amour.

En ce saint temps de Carême,  
tu nous apprends à nous détacher des paroles vaines  
et à nous reposer dans la certitude  
que tu connais nos besoins avant même que nous les  
exprimions.

Par le Christ notre Seigneur,  
tu nous invites au dialogue du salut,  
pour que, formés par la prière et nourris par la grâce,  
nous devenions un signe vivant de ton Royaume.

Ainsi, avec les anges et les archanges,  
avec les trônes et les dominations,  
et avec toutes les armées et puissances du ciel,  
nous chantons l'hymne de ta gloire, en acclamant sans fin  
Saint, Saint, Saint...

## PRIÈRE EUCHARISTIQUE II

(*Texte inchangé, sauf insertions pour méditation personnelle*)

*Insertion avant l'Épiclèse*

*Seigneur, alors que nous appelons ton Esprit,  
nous nous souvenons que toute vraie prière commence  
par toi.*

*Envoie ton Esprit non seulement sur ces dons,  
mais aussi sur ton peuple rassemblé ici,  
afin que nous réapprenions à te faire confiance comme  
Père et à remettre nos vies à ta volonté.*

*(Épiclèse – texte original inchangé)*

*(Narration de l'institution – inchangée)*

*(Anamnèse – inchangée)*

## **Insertion après l'Anamnèse**

*En proclamant le mystère de la foi,  
nous rappelons que tu nous as appris à prier  
non pas avec crainte, mais avec confiance,  
non pas seulement pour nous-mêmes, mais pour le monde  
entier.*

*Façonne-nous par cette Eucharistie afin que nos vies  
puissent résonner de la prière que ton Fils a placée sur  
nos lèvres.*

*(Reste du texte de la Prière Eucharistique II inchangé)*

## **INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR**

Rassemblés comme enfants de Dieu et confiants dans l'amour du Père qui connaît nos besoins avant même que nous le demandions, prions avec confiance les paroles que Jésus lui-même nous a enseignées :

## **EMBOLISME**

Délivre-nous, Seigneur, de toute forme de mal,  
de la peur qui ferme nos cœurs  
et de la tentation qui affaiblit notre confiance.

Accorde-nous la paix dans nos jours,  
afin que, soutenus par ta miséricorde,  
nous marchions fidèlement comme tes enfants  
et attendions avec espérance  
la venue de notre Sauveur, Jésus-Christ.

## **PRIÈRE POUR LA PAIX**

Seigneur Jésus-Christ,  
tu nous as appris à appeler Dieu notre Père  
et à lui faire confiance pour son amour.  
Ne regarde pas nos échecs,  
mais la foi que tu as plantée dans ton Église.  
Accorde-nous la paix qui vient de la soumission à ta volonté, et unit-nous dans l'amour,  
toi qui vis et règnes pour les siècles des siècles. Amen.

## **INVITATION À LA COMMUNION**

Voici Jésus-Christ, la Parole faite chair,  
qui nous enseigne à vivre et à prier.  
Heureux ceux qui ont confiance en lui  
et sont appelés au festin de l'Agneau.

## **MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION**

« Quand vous priez, ne rabâchez pas comme les païens...

C'est ainsi que vous devez prier. »

Seigneur, souvent ma prière est pleine de mots,  
mais vide d'écoute.

Apprends-moi à rester silencieux devant toi.

Aide-moi à t'apporter ce qu'il y a de plus profond en moi—  
mon vide, mon désir, ma confiance.

Toi seul peux transformer le vide en plénitude.

## **PRIÈRE APRÈS LA COMMUNION**

Nourris par ce sacrement, Seigneur,  
nous te demandons que ce que nous célébrons avec nos  
lèvres prenne racine dans nos cœurs.

Forme-nous par la prière, fortifie-nous par ta Parole,  
et conduis-nous à vivre en véritables enfants du Père.

Par le Christ notre Seigneur. Amen.

## **BÉNÉDICTION FINALE**

Que le Seigneur vous bénisse et vous garde.

Que son visage s'illumine sur vous et vous accorde la paix.

Et que Dieu tout-puissant vous bénisse,  
le Père, et le Fils, ✠ et le Saint-Esprit. Amen.

## **RENOI**

Allez en paix, glorifiant le Seigneur par votre vie.

## **PENSÉE À EMPORTER**

La prière ne change pas Dieu ; elle nous change.

Ralentissez avec les paroles que Jésus vous a  
enseignées—

et laissez-les façonner votre manière de vivre.

## **Mercredi de la 1<sup>re</sup> semaine de Carême**

**Jonas 3, 1-10 ; Luc 11, 29-32**

### **INTRODUCTION**

Il était une fois un jeune garçon qui aimait regarder les feux d'artifice. Chaque année, il attendait les spectacles les plus bruyants et les plus lumineux dans le ciel nocturne, fasciné par les couleurs éclatantes et les explosions. Un jour, un voisin l'invita à monter sur une colline pour contempler le ciel du soir. Loin du bruit et de l'agitation, il remarqua quelque chose de différent : le scintillement discret de milliers d'étoiles, constantes et stables, chacune magnifique à sa manière. À cet instant, il comprit que le spectaculaire n'est pas toujours ce qui est le plus important ; parfois, l'ordinaire recèle une merveille bien plus grande que le clinquant.

Depuis une semaine, nous avons commencé le temps du Carême, un moment pour réfléchir intérieurement, examiner notre vie et revenir à Dieu. Le Carême nous invite à nous détourner des distractions, des « feux d'artifice » de nos vies occupées, et à voir la présence de

Dieu à l'œuvre silencieusement autour de nous.

Aujourd'hui, en écoutant l'histoire de Jonas et l'appel de Jésus à la conversion, faisons une pause, ouvrons nos cœurs et invoquons la miséricorde de Dieu dans l'acte pénitentiel.

### **ACTE PÉNITENTIEL**

Prêtre : Seigneur Jésus-Christ, par Toi, les hommes ont remis en question leurs images de Dieu et ont accédé plus profondément à Lui. Seigneur, prends pitié.

Prêtre : Tu as invité les hommes à voir Dieu avec des yeux toujours neufs. Christ, prends pitié.

Prêtre : Tu nous as montré un Dieu qui désire la vie pour l'humanité et non sa destruction ou sa mort. Seigneur, prends pitié.

### **PRIÈRE D'ABSOLUTION**

Dieu tout-puissant, source de toute miséricorde, regarde-nous avec compassion. Par Ton Fils, Tu nous appelles à la conversion et à la réconciliation. Qu'Il nous libère de l'esclavage du péché, renouvelle nos cœurs par Son Esprit et nous fortifie pour marcher fidèlement dans Tes voies. Au

nom de Jésus-Christ, vous êtes pardonnés et restaurés.

Amen.

## COLLECTE

Dieu miséricordieux et plein d'amour, Tu nous appelles à la conversion et au renouveau. Fais que, pendant ce Carême, nous disciplinions notre cœur, purifions notre esprit et fortifiions notre volonté pour Te suivre plus étroitement. Que notre jeûne et notre prière portent du fruit en actes d'amour et de miséricorde, et que nous venions à partager plus pleinement la vie de Ton Fils, Jésus-Christ, qui vit et règne avec Toi dans l'unité du Saint-Esprit, un seul Dieu, pour les siècles des siècles. Amen.

## HOMÉLIE

Il était une fois un jeune garçon qui aimait regarder les feux d'artifice. Chaque année, il attendait les spectacles les plus bruyants et les plus lumineux dans le ciel nocturne, fasciné par les couleurs éclatantes et les explosions. Un jour, un voisin l'invita à contempler le ciel du soir depuis le sommet d'une colline. Là, loin du bruit et de l'agitation, il remarqua quelque chose de différent : le

scintillement discret de milliers d'étoiles, constantes et stables, chacune magnifique à sa manière. Il comprit alors que le spectaculaire n'est pas toujours ce qui importe le plus ; parfois, l'ordinaire recèle une merveille bien plus grande que le clinquant.

Dans l'Évangile d'aujourd'hui, Jésus s'adresse à une foule avide de signes, la qualifiant de « génération perverse » parce qu'elle cherche des preuves spectaculaires au lieu de voir la vérité qui se tient devant elle. Les hommes de tous les temps—alors comme aujourd'hui—sont attirés par l'inhabituel : des visions extraordinaires, des manifestations exceptionnelles de foi. Pourtant, Jésus pointe ce qui est déjà là : Lui-même. Il est plus grand que Jonas, plus grand que Salomon, plus grand que tout prophète ou roi d'Israël.

Nous voyons cela clairement dans l'histoire de Jonas. Enfants, nous nous souvenons de sa fuite devant Dieu, de son temps dans le poisson et de sa mission finale à Ninive. La ville, centre du pouvoir et du péché, fut appelée à la conversion et, de manière remarquable, elle répondit. Le

peuple et même son roi se détournèrent de leurs mauvaises voies, et le châtiment de Dieu fut écarté. L'histoire de Jonas montre que la conversion est possible même dans les endroits les plus improbables—and que Dieu agit silencieusement, de manière persistante, parfois sans spectaculaire, mais toujours avec un effet profondément transformateur.

La foi ne consiste pas à courir après les modes ou les signes spectaculaires. Elle consiste à remarquer la présence constante et persévérente de Dieu dans nos vies. Comme le jeune garçon sur la colline, le Carême nous invite à faire une pause et à reconnaître la constance de l'amour de Dieu, présent dans la Parole, dans les sacrements, chez les autres, et dans les moments silencieux de notre vie. La conversion n'est pas demandée par un signe spectaculaire, mais par l'attention au Dieu qui nous appelle silencieusement à une vie plus profonde. Ainsi, en cheminant pendant ce Carême, apprenons à voir ce qui est déjà devant nous. Ouvrons nos yeux au Dieu qui est plus proche que notre souffle, qui se tient avec nous et

nous appelle à la repentance et au renouveau—non pas par des feux d'artifice, mais par des signes ordinaires, constants et profondément viviants de Sa présence. Et enfin, tout comme le garçon découvrit la constance des étoiles cachées derrière le spectacle des feux d'artifice, puissions-nous aussi reconnaître Jésus, présent silencieusement parmi nous, comme le plus grand signe de tous.

### **INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES**

Priez, frères et sœurs, pour que ces dons que nous offrons deviennent pour nous source de vie et de renouveau, agréables à Dieu et signe de nos cœurs fidèles.

### **PRIÈRE SUR LES OFFRANDES**

Seigneur, nous Te présentons ces dons dans un humble merci pour Ta miséricorde et pour la présence de Ton Fils au milieu de nous. Que ce sacrifice, soutenu par nos réflexions et actes de repentance pendant le Carême, nous rapproche de Toi et transforme nos vies en signes vivants de Ton amour et de Ta grâce. Par le Christ notre Seigneur. Amen.

## PRÉFACE

Il est vraiment juste et bon, notre devoir et notre salut, de Te rendre grâce toujours et en tout lieu, Seigneur, Père saint, Dieu tout-puissant et éternel. Tu nous appelles à la conversion et au renouveau du cœur, et par le témoignage de Tes prophètes et la prédication de Ton Fils, Tu invites tous les hommes à se détourner du péché et à marcher dans Tes voies. Dans Ta miséricorde, Tu ne nous abandonnes pas lorsque nous nous égarons, mais Tu nous guides patiemment, nous ramenant sur le chemin de la vie.

Aujourd’hui, Tu as conduit Jonas pour porter Ton message à la ville de Ninive, éveillant même les cœurs des rois et des simples citoyens à la repentance. Par Ta Parole et l'exemple de Tes serviteurs fidèles, Tu continues à nous parler aujourd’hui, nous invitant à examiner notre vie, à nous détourner du mal et à accueillir Ta grâce avec un cœur renouvelé. Puissions-nous, comme le peuple de Ninive, répondre généreusement à Ton appel, Te

rechercher par-dessus tout, et grandir dans l'amour, la foi et la sainteté.

C'est pourquoi, avec les anges et les archanges, avec les trônes et les dominations, et avec tous les hôtes et pouvoirs du ciel, nous chantons l'hymne de Ta gloire, et sans fin nous proclamons :

## PRIÈRE EUCHARISTIQUE II

(*Texte inchangé, sauf paragraphes insérés pour méditation personnelle - Paragraphe inséré avant l'épiclese :*

*Seigneur, nous nous souvenons comment Tu as été présent tout au long de l'histoire, guidant Ton peuple et l'appelant à la conversion, de Jonas jusqu'à aujourd'hui. Alors que nous offrons cette Eucharistie, envoie Ton Esprit sur nous pour que nous répondions pleinement à Ta présence, avec des cœurs renouvelés et des vies transformées.*

*Paragraphe inséré après l'anamnèse :*

*Père, en célébrant le mystère de la mort et de la résurrection de Ton Fils, faisons mémoire que Tu continues à agir silencieusement et persévéramment dans nos vies.*

*Puissions-nous, comme le peuple de Ninive, entendre Ton appel et nous tourner vers Toi avec confiance et obéissance.*

### **INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR**

Unis dans la foi et l'espérance, prions maintenant notre Père qui est aux cieux, qui nous guide à chaque instant de notre vie.

### **EMBOLISME**

Délivre-nous, Seigneur, de tout mal, visible et invisible, et fortifie-nous par Ta grâce, afin que nous marchions dans Tes voies avec courage, foi et espérance. Protège-nous de tout ce qui pourrait nous égarer, et garde-nous toujours attentifs à Ta miséricorde, dans l'attente de l'espérance bienheureuse et de la venue glorieuse de notre Sauveur, Jésus-Christ.

### **PRIÈRE POUR LA PAIX**

Seigneur Jésus-Christ, Tu as dit à Tes disciples : « Je vous laisse la paix, je vous donne ma paix. » Ne regarde pas nos péchés, mais la foi de Ton Église. Fortifie nos cœurs dans l'unité, calme nos peurs et accorde-nous la paix que

le monde ne peut donner. Que cette paix guide nos paroles et nos actes, afin que nous vivions comme signes de Ta présence et instruments de Ton amour dans le monde. Qui vit et règne pour les siècles des siècles. Amen.

### **INVITATION À LA COMMUNION**

Voici l'Agneau de Dieu, qui enlève les péchés du monde. Heureux sommes-nous d'être appelés à partager ce saint repas. Dans l'humilité et la foi, approchons-nous de Lui, prêts à être nourris et fortifiés dans le corps et l'esprit. Tous : Seigneur, je ne suis pas digne que Tu entres sous mon toit, mais dis seulement une parole et mon âme sera guérie.

### **MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION**

Le Carême, c'est redécouvrir la foi.

Ce pain ne me satisfait pas ;

il me rend faim de Toi.

Faim de devenir pain de vie pour les autres.

Le Carême, c'est renouveler la foi.

Ce pain me donne la force de quitter les anciens chemins et de Te découvrir à nouveau dans des lieux inattendus.

Le Carême, c'est approfondir la foi.  
Ce pain m'encourage à adorer.  
Je peux voir plus profondément dans ma vie  
que Tu es la source, la force intérieure,  
et la joie qui motive mon être et mes actions.

### **PRIÈRE APRÈS LA COMMUNION**

Dieu tout-puissant et vivant pour toujours, nous Te rendons grâce pour le don de ce saint sacrement, par lequel Tu nourris et fortifies nos coeurs. Que la grâce reçue nous conduise à une conversion plus profonde, à un plus grand amour pour nos voisins, et à un engagement renouvelé à suivre fidèlement Ton Fils. Que cette Eucharistie inspire en nous une vie de miséricorde, d'humilité et d'espérance ferme, afin que nous soyons témoins de Ta présence dans le monde. Nous Te le demandons par le Christ notre Seigneur. Amen.

### **BÉNÉDICTION FINALE**

Le Seigneur vous bénisse et vous garde ;  
qu'il fasse briller sur vous Son visage et vous accorde Sa grâce.  
Qu'il vous protège de tout mal, vous fortifie dans la foi, et vous guide sur les chemins de la sainteté.  
Qu'il remplisse votre cœur de Sa paix, vous soutienne dans l'espérance, et vous conduise en sécurité à la vie éternelle. Amen.

### **RENOVI**

Allez dans la paix, glorifiant le Seigneur par votre vie.

### **PENSÉE À EMPORTER**

Tout comme le garçon sur la colline découvrit la brillance tranquille des étoiles derrière le spectacle des feux d'artifice, ce Carême nous invite à remarquer la présence constante et persévérente de Dieu dans nos vies—ordinaire, constante et profondément vivifiante.

## **Jeudi de la 1<sup>re</sup> semaine de Carême**

*Esther 4, 17 ; Matthieu 7, 7-12*

### **INTRODUCTION**

Il y a quelques années, un petit village fut frappé par une violente tempête. Une mère et son jeune enfant étaient prisonniers de leur maison alors que l'eau montait autour d'eux. Désespérée, elle serra son enfant contre elle et appela quiconque pourrait l'entendre, mais tout semblait perdu. Enfin, elle pria—non avec des mots mesurés, mais avec le cri brut de son cœur : « Seigneur, aide-nous, car nous n'avons personne d'autre que toi ! » Dans son besoin, elle découvrit un courage et une présence qu'elle ne se connaissait pas. Le secours arriva, mais elle emporta avec elle une compréhension : parfois, c'est au fond du désespoir, dans le cri sincère du cœur, que nous rencontrons le plus pleinement Dieu.

La même vérité résonne dans nos lectures d'aujourd'hui. Dans la première lecture, Esther prie du fond de sa peur et de sa solitude avant de se présenter devant le roi pour sauver son peuple. Et dans l'Évangile, Jésus nous invite à

la prière persévérente : « Demandez, et l'on vous donnera ; cherchez, et vous trouverez ; frappez, et l'on vous ouvrira. » Le Carême est une saison qui nous appelle à cette honnêteté et à cette persévérance dans la prière. Présentons maintenant nos cœurs à Dieu et préparons-nous à célébrer cette Eucharistie dignement.

### **ACTE PÉNITENTIEL**

Seigneur Jésus, tu nous appelles à demander, chercher et frapper, mais nous hésitons souvent et sommes lents à nous tourner vers toi : Seigneur, prends pitié.  
Tu nous invites à faire confiance à ta miséricorde, mais nous nous accrochons à notre propre compréhension : Christ, prends pitié.  
Tu nous appelles à vivre selon ta volonté, mais nous choisissons souvent notre propre chemin : Seigneur, prends pitié.

## PRIÈRE D'ABSOLUTION

Que Dieu Tout-Puissant, qui nous appelle à chercher, demander et frapper, nous pardonne nos péchés, nous fortifie dans nos faiblesses et nous conduise sur les chemins de justice et de paix. Amen.

## COLLECTE

Dieu Tout-Puissant, tu nous appelles à chercher ta volonté et à vivre selon tes conseils. Fais que nous désirions toujours ce qui est juste et que nous ayons le courage et la persévérance pour l'accomplir, même lorsque le chemin est difficile. Ouvre nos cœurs à ta présence, afin que nos prières soient sincères, que nos actions reflètent ton amour et que nos vies témoignent de ta miséricorde et de ta grâce. Par Jésus-Christ, ton Fils, notre Seigneur, qui vit et règne avec toi dans l'unité du Saint-Esprit, Dieu, pour les siècles des siècles. Amen.

## HOMÉLIE

Autrefois, à la cour royale de Perse, une jeune femme juive nommée Esther fut confrontée à un moment de vie ou de mort. Son peuple était menacé, et le conseiller royal Haman avait déjà obtenu un décret pour leur destruction. Esther ne pouvait rien faire seule—mais elle pouvait agir avec Dieu. Elle pria de tout son cœur : « Viens à mon aide, car je suis seule et je n'ai personne d'autre que toi, Seigneur. » Puis, rassemblant son courage, elle entra dans la présence du roi, révéla le complot d'Haman et obtint la protection du roi pour son peuple. Sa prière, née de sa vulnérabilité et de sa confiance, devint la source de force pour l'action, et son peuple fut sauvé.

Dans l'Évangile d'aujourd'hui, Jésus nous appelle à une foi similaire : « Demandez, et l'on vous donnera ; cherchez, et vous trouverez ; frappez, et l'on vous ouvrira. » Il nous invite à la prière persévérente, à continuer de frapper à la porte de Dieu, tout comme il l'a fait dans sa vie. Jésus pria à Gethsémani, demandant la force ; il pria pour Pierre afin que sa foi ne faiblisse pas ; il pria même pour ceux qui le

crucifiaient. La prière surgit souvent dans nos propres moments de détresse, et pourtant, comme pour Jésus, nos demandes ne sont jamais vaines.

Il est naturel de lutter lorsque nos prières semblent sans réponse. Nous prions pour la guérison, pour la paix, pour le soulagement, et rien ne change—ou du moins pas comme nous l'espérons. Saint Paul a aussi connu cela avec sa « épine dans la chair ». Pourtant, la réponse de Dieu est venue dans la grâce et la force : « Ma puissance s'accomplit dans la faiblesse. » La prière, même lorsqu'elle n'apporte pas de changement immédiat, nous ouvre à la présence de Dieu et nous façonne pour vivre selon sa volonté.

Jésus nous enseigne également ce qu'il faut demander : la venue du Royaume de Dieu, la réalisation de sa volonté dans nos vies, le pain de chaque jour, le pardon et la force pour rester fidèles. La prière la plus pure est toujours enracinée dans la volonté de Dieu, comme Jésus l'a montré à Gethsémani : commençant par nos désirs, mais terminant dans l'abandon : « Que ta volonté soit faite. » Et

nos prières ne sont pas seulement pour nous-mêmes : elles façonnent notre manière de nous relier aux autres. La Règle d'Or nous rappelle que demander à Dieu de bonnes choses nous apprend aussi à traiter les autres avec la même générosité que nous cherchons.

Le Carême nous rappelle que nous sommes toujours des chercheurs, en route vers Dieu, sans jamais arriver pleinement avant l'éternité. Mais nous ne sommes jamais seuls dans cette recherche. Dieu agit déjà dans nos vies, répondant, guidant et ouvrant des portes dont nous ignorions l'existence.

Je me souviens d'une jeune mère que j'ai rencontrée, désespérée pour la guérison de son enfant atteint d'une longue maladie. Nuit après nuit, elle priait et frappait à la porte de Dieu. L'état de l'enfant ne s'améliorait pas immédiatement, et elle sentait que ses prières restaient sans réponse. Pourtant, avec le temps, elle remarqua de petits changements dans son propre cœur—patience, espérance, compassion—qui transformèrent la façon dont elle s'occupait de son enfant et vivait chaque jour. En fin

de compte, sa prière avait bien été exaucée, non en supprimant la lutte, mais en l'ouvrant à la grâce et à la présence de Dieu.

Comme Esther et comme cette mère, notre demander, chercher et frapper invite la puissance de Dieu dans nos vies. Et comme Jésus le promet, les dons de Dieu attendent ceux qui persévèrent. Avançons dans la foi, confiants que même dans la faiblesse, même dans l'incertitude, nous ne sommes jamais seuls.

Quelques années plus tard, la mère que j'ai mentionnée amena son enfant devenu adulte à l'église. Elle se souvenait des nuits de désespoir et des prières jaillies de son cœur. Elle réalisa que chaque « frappe » et chaque « demande » l'avaient rapprochée de Dieu, façonné son cœur et donné une force qu'elle n'aurait jamais trouvée seule. Le Carême nous rappelle que la prière n'est pas seulement un moyen d'obtenir des réponses—c'est être formé par Dieu, lui faire confiance et s'ouvrir à sa miséricorde. Puissions-nous aussi demander avec audace,

chercher avec diligence et frapper avec persévérence, confiants que Dieu est toujours avec nous.

### **INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES**

Priez, frères et sœurs,  
pour que notre sacrifice soit agréable à Dieu,  
le Père tout-puissant, lui qui nous invite à demander avec confiance, à chercher avec foi, et à frapper avec des cœurs persévérandts.

### **PRIÈRE SUR LES OFFRANDES**

Seigneur Dieu, en te présentant ces offrandes,  
reçois-les comme le signe de notre confiance  
et de notre dépendance envers ta miséricorde.  
Purifie nos cœurs par ce sacrifice,  
fortifie-nous dans la persévérance,  
et apprends-nous à chercher ta volonté en toutes choses.  
Que cette offrande nous rapproche de toi  
et façonne nos vies selon ton amour.  
Par le Christ, notre Seigneur. Amen.

## PRÉFACE

Il est vraiment juste et bon, notre devoir et notre salut, de te rendre grâce en tout temps et en tout lieu, Seigneur, Père saint, Dieu tout-puissant et éternel.

Dans ta grande miséricorde, tu nous appelles à te chercher, à demander ta guidance et à faire confiance à ton amour infini. Tu désires que nous ouvrions pleinement nos cœurs à toi, non seulement dans les moments de besoin, mais dans chaque aspect de nos vies. En cette saison de Carême, tu nous invites à une réflexion sincère, à reconnaître notre dépendance à ta grâce et à approfondir notre relation avec toi par la prière persévérente et l'action sincère.

Tu nous as montré par ton Fils, Jésus-Christ, la puissance de se tourner vers toi avec foi : dans les moments de peur, de tristesse et d'incertitude, il a demandé, cherché et frappé dans la prière, confiant dans ta volonté plutôt que dans la sienne. Par lui, nous sommes appelés à suivre ton chemin, à vivre selon ta volonté et à apporter ta miséricorde dans le monde.

Et ainsi, avec tous les anges et saints, nous proclamons ta gloire, en acclamant sans fin :  
Saint, Saint, Saint, Seigneur Dieu de l'univers...

## PRIÈRE EUCHARISTIQUE II

*Avant l'épiclèse, pour méditation personnelle seulement :*  
*Seigneur, envoie ton Esprit Saint sur nous et sur ces dons.*  
*Transforme ce pain et ce vin en Corps et Sang de ton Fils,*  
*afin que nous soyons nourris dans la foi et fortifiés dans*  
*l'espérance. En recevant ces dons, ouvre nos cœurs à ta*  
*présence, pour que nous persévrions dans la demande,*  
*la recherche et le frappement dans la prière. Façonne-*  
*nous pour vivre dans ton amour, agir avec justice et servir*  
*nos frères et sœurs avec générosité, guidés par ta*  
*sagesse.*

*Après l'Anamnèse :*

Père, nous nous souvenons que ton Fils s'est offert pour la vie du monde. Que ce sacrifice nous rapproche toujours de toi, ouvrant nos cœurs à ta volonté. Transforme-nous, afin que nous vivions selon tes desseins, et que chaque action

de nos vies reflète la miséricorde, la patience et l'amour reçus dans cette Eucharistie. Que nous ne cessions jamais de chercher ton Royaume, de faire confiance à ta providence et de répandre ta grâce dans notre quotidien.

### **INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR**

Confiants dans la miséricorde de Dieu et sûrs de son amour pour nous, prions maintenant comme Jésus nous l'a enseigné, avec audace et espérance :

### **EMBOLISME**

Délivre-nous, Seigneur, de tout mal et de toute épreuve qui pourrait nous séparer de ton amour. Garde-nous du péché et conduis-nous dans la sainteté. Fortifie nos cœurs en ce temps de Carême, afin que nous persévérions dans la demande, la recherche et le frappement, et que ton Royaume grandisse en nous et à travers nous. Accorde-nous la paix du Christ, pour que nous vivions dans l'espérance, agissions dans la charité et restions fidèles jusqu'au jour de ta gloire éternelle.

### **PRIÈRE POUR LA PAIX**

Seigneur Jésus-Christ, tu as dit à tes apôtres : « Je vous laisse la paix ; je vous donne ma paix. » Ne regarde pas nos péchés, mais la foi de ton Église. Guide-nous avec ta sagesse, fortifie-nous par ton Esprit, et unis-nous dans ton amour. Que cette paix guide nos pensées, nos paroles et nos actions. Qu'elle inspire la réconciliation là où il y a conflit, l'espérance là où il y a désespoir, et le courage là où il y a faiblesse. Garde-nous fidèles à ton appel, et fais de nous des instruments de ta paix dans nos familles, nos communautés et dans le monde. Tu vis et rènes pour les siècles des siècles. Amen.

### **INVITATION À LA COMMUNION**

Voici l'Agneau de Dieu, qui enlève le péché du monde. Heureux ceux qui sont appelés au repas de l'Agneau. En approchant de cette table, reconnaissons qu'en recevant le Christ, nous sommes appelés à imiter sa vie de demande, recherche et frappement—nous tournant avec persévérance vers Dieu dans la prière et nous ouvrant à

sa volonté. Que cette communion nous fortifie pour porter la présence du Christ dans tous les aspects de nos vies.

## **MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION**

En quittant cette table, portons dans nos cœurs les leçons d'Esther et les paroles de Jésus. Chaque prière que nous élevons, chaque acte d'amour que nous posons et chaque pas que nous faisons vers le Royaume de Dieu est une occasion de rencontrer sa grâce. Persévérez dans la demande, la recherche et le frappement. Ayez confiance que Dieu entend vos prières, même dans le silence, et que votre vie peut être transformée par sa présence. Allez en paix, fortifiés par cette Eucharistie, pour vivre comme témoins fidèles de l'amour de Dieu.

## **PRIÈRE APRÈS LA COMMUNION**

Père aimant, nous vous remercions de nous avoir nourris à cette table du Corps et du Sang de votre Fils. Que cette Eucharistie nous fortifie pour persévérer dans la prière, demander avec confiance, chercher avec foi et frapper avec courage. Aidez-nous à porter dans notre vie

quotidienne les leçons d'Esther et les paroles de Jésus, à ouvrir nos cœurs à votre volonté, agir avec miséricorde et servir les autres avec générosité. Que la grâce que nous avons reçue façonne nos pensées, nos paroles et nos actions, afin que, en toutes choses, nous vivions comme des témoins fidèles de votre amour. Par le Christ notre Seigneur. Amen.

## **BÉNÉDICTION FINALE**

Que Dieu Tout-Puissant, qui nous appelle à chercher, demander et frapper, vous fortifie dans la foi, remplisse vos cœurs d'espérance et approfondisse votre confiance en sa miséricorde. Que le Christ, qui prie sans cesse pour nous, guide vos cœurs à faire sa volonté et vous donne le courage de le suivre fidèlement. Et que l'Esprit Saint, qui transforme nos prières et nos actions, vous conduise dans toute vérité, paix et amour. Amen.

## **RENOVI**

Allez, demandez, cherchez et frappez, confiants que Dieu est toujours proche.

## **PENSÉE À EMPORTER**

En ce temps de Carême, souvenez-vous du courage d'Esther, qui pria du fond de son besoin, et de la promesse de Jésus : « Demandez, et l'on vous donnera ; cherchez, et vous trouverez ; frappez, et l'on vous ouvrira. »

Nos prières ne sont pas toujours exaucées comme nous l'espérons, mais chaque cri sincère, chaque acte de recherche, ouvre nos cœurs à la grâce de Dieu. Cette semaine, portez attention à vos propres prières : demandez avec audace, cherchez avec foi et frappez avec persévérance, confiants que Dieu façonne votre vie, même dans le silence.

## **Vendredi de la 1<sup>re</sup> semaine de Carême**

*Ézéchiel 18,21-28 ; Matthieu 5,20-26*

### **INTRODUCTION**

« Je vous le dis... » – dans ces paroles de Jésus, nous entendons l'appel à quelque chose de tout à fait nouveau, le règne de Dieu qu'il proclame. Les exigences de Jésus pour ceux qui héritent de ce royaume sont élevées. Nous aussi devons constamment examiner la fidélité de notre vie chrétienne. Le Carême nous invite à réfléchir à la manière dont notre vie s'accorde à la Parole de Dieu — non pas pour nous attarder sur nos échecs, mais pour suivre le chemin de Jésus encore et encore.

Une histoire raconte que deux voisins vivaient depuis des années côté à côté dans une paix relative. Un jour, un petit malentendu à propos d'une clôture s'est aggravé. Des mots durs ont été échangés, et bientôt l'amertume a commencé à s'installer. Quelques semaines plus tard, l'un d'eux s'aperçut que la colère qu'il gardait avait dépassé de loin le désaccord initial. Elle avait pris racine dans son cœur et menaçait de détruire complètement la relation.

Rassemblant son courage, il alla trouver son voisin, s'excusa et chercha la réconciliation. Ce simple acte transforma non seulement la dispute à propos de la clôture, mais tout le climat de leur communauté. Les lectures d'aujourd'hui nous invitent à une réflexion similaire : comment gérons-nous la colère, l'amertume et l'éloignement dans nos cœurs ? Comment favorisons-nous la réconciliation et la vie ?

### **ACTE PÉNITENTIEL**

Seigneur Jésus-Christ, le royaume de Dieu est proche de nous en vous. Vous nous appelez à une vie de miséricorde, d'amour et de justice. Nous confessons que trop souvent nous gardons la colère, prononçons des paroles qui blessent et laissons l'amertume s'installer dans nos cœurs. Seigneur, prends pitié.

Christ Jésus, vous êtes venu guérir les cœurs brisés et nous réconcilier avec Dieu et les uns avec les autres. Pardonnez-nous lorsque nous manquons de justice, lorsque nous nous détournons de ceux qui sont dans le besoin ou lorsque nous nourrissons le ressentiment dans

nos cœurs. Christ, prends pitié.

Seigneur Jésus, vous nous appelez au-delà de la loi vers une vertu plus haute, une vie enracinée dans votre amour. Fortifiez-nous par votre Esprit, afin que nous puissions pardonner, chercher la réconciliation et prononcer des paroles qui construisent plutôt que de détruire. Seigneur, prends pitié.

### **PRIÈRE D'ABSOLUTION**

Que le Dieu tout-puissant, riche en miséricorde, regarde nos cœurs, nous purifie de tous nos péchés, nous rende la joie de la vie en Christ et nous conduise à la vie éternelle. Amen.

### **COLLECTE**

Dieu tout-puissant et miséricordieux, vous appelez votre peuple à la conversion et au renouvellement du cœur. Accordez que, par les disciplines de ce temps de Carême, nous puissions grandir en sainteté, approfondir notre foi et vivre selon votre Parole. Que les sacrifices que nous offrons, les prières que nous élevons et les œuvres d'amour que nous accomplissons portent des fruits

abondants dans nos vies, afin que votre Esprit enflamme en nous le feu de l'amour divin, maintenant et toujours. Amen.

## HOMÉLIE

Une histoire raconte que deux voisins vivaient depuis des années côte à côte dans une paix relative. Un jour, un petit malentendu à propos d'une clôture s'est aggravé. Des mots durs ont été échangés, et bientôt l'amertume a commencé à s'installer. Quelques semaines plus tard, l'un d'eux s'aperçut que la colère qu'il gardait avait dépassé de loin le désaccord initial. Elle avait pris racine dans son cœur et menaçait de détruire complètement la relation. Rassemblant son courage, il alla trouver son voisin, s'excusa et chercha la réconciliation. Ce simple acte transforma non seulement la dispute à propos de la clôture, mais tout le climat de leur communauté. Dans l'Évangile d'aujourd'hui, Jésus nous invite à une conscience similaire de la manière dont la vie se déroule réellement. Les humains pensent souvent en termes de balance : « œil pour œil, faveur pour faveur ». Jésus offre

une justice plus haute. Il commence par un commandement bien connu : « Tu ne tueras point. » Beaucoup d'entre nous pourraient penser : « Cela ne me concerne pas ; je n'ai tué personne. » Mais Jésus va plus loin. Il parle de la colère envers un frère ou une sœur, d'insulter autrui, voire de rejeter la foi de quelqu'un. La destruction de la vie, nous dit-il, commence souvent bien avant l'acte lui-même — dans le cœur, dans nos paroles, dans des attitudes laissées sans contrôle. L'enseignement de Jésus nous appelle à une vertu plus profonde que celle des scribes et des pharisiens. Il nous demande de regarder non seulement nos actions, mais les racines de ces actions : nos émotions, nos paroles, nos choix. La colère, bien qu'émotion humaine normale, peut devenir une force destructrice si elle est nourrie. Même de petits mots — insultes, manque de respect, mépris — peuvent façonner les relations et conduire au mal. Jésus nous invite à prêter attention à ces courants intérieurs de nos coeurs et à laisser l'Esprit de Dieu les transformer. « Viens, Esprit Saint, remplis mon cœur et enflamme en

moi le feu de ton amour. » Par cet Esprit, le Christ vit en nous, façonnant nos cœurs et guidant nos actions vers la vie plutôt que vers la destruction.

Le Carême est un temps pour cultiver cette vie intérieure. Il nous demande d'examiner nos cœurs et de chercher la réconciliation avant que le conflit n'escalade. Jésus nous rappelle que rétablir les relations est parfois plus urgent que le culte rituel : « Laisse ton offrande là devant l'autel et réconcilie-toi d'abord. » La justice de Dieu, comme nous le rappelle Ézéchiel, concerne la vie et non la punition. Dieu nous appelle à nous détourner du mal, à vivre dans la droiture et à permettre la vie pour les autres.

Notre défi est donc de regarder honnêtement nos propres cœurs. Où la colère se cache-t-elle ? Quelles paroles blessantes ou attitudes divisent ? Le Carême nous invite à remettre tout cela à Dieu, en faisant confiance à l'Esprit Saint pour former en nous la vertu plus profonde que Jésus nous appelle à vivre. C'est l'œuvre de la vie : transformer nos cœurs pour que nos paroles et nos actes favorisent la vie, la guérison et l'amour autour de nous.

Revenant à notre histoire initiale, le voisin qui choisit la réconciliation a montré ce que Jésus nous appelle à faire : non seulement éviter le mal, mais restaurer activement la vie. Chaque acte de réconciliation, chaque effort pour transformer la colère en compréhension, chaque parole prononcée avec soin rapproche le royaume de Dieu de nos cœurs et de notre monde. Le Carême est notre invitation à franchir ce pas : permettre à Dieu d'arracher la colère, de guérir les éloignements et d'allumer le feu de l'amour au plus profond de nous.

### **INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES**

Prions, frères et sœurs, pour que nos offrandes soient agréables à Dieu, qui nous appelle à une justice plus haute et à un amour plus profond. Unissons nos cœurs dans la gratitude et prions pour que, par ces dons, nous soyons fortifiés dans la vertu, réconciliés les uns avec les autres, et conformés toujours plus étroitement au Christ, qui vit et règne pour les siècles des siècles.

## PRIÈRE SUR LES OFFRANDES

Seigneur, nous offrons ces dons, signes de nos vies et de nos cœurs. Que le pain que nous apportons devienne source de ta vie en nous, et que le vin soit témoin de la joie de ton Esprit. Transforme-nous, Seigneur, afin que notre colère soit guérie, que nos éloignements soient réconciliés, et que nos paroles et nos actes reflètent ton amour. Par le Christ notre Seigneur. Amen.

## PRÉFACE

Il est vraiment juste et bon, notre devoir et notre salut, de vous rendre gloire toujours et en tout lieu, Seigneur, Père saint, Dieu tout-puissant et éternel.

En ce temps de Carême, nous nous souvenons que votre Esprit nous appelle à une vie plus profonde, qui va au-delà de la lettre de la loi pour transformer le cœur.

Vous nous appelez à pardonner nos ennemis, à nous réconcilier avec ceux qui sont éloignés, et à nourrir la vie et la dignité de chaque personne. Par le Christ, vous nous montrez le chemin de la véritable vertu, enracinée non pas

dans l'obligation mais dans l'amour.

Et ainsi, avec tous les anges et les saints, nous proclamons votre gloire sans fin :  
Saint, Saint, Saint, Seigneur...

## PRIÈRE EUCHARISTIQUE II

*Avant l'Épiclèse (pour méditation personnelle)*

*Seigneur, envoie ton Esprit Saint sur nous et sur ces dons que nous présentons. Que ce pain et ce vin deviennent pour nous le corps et le sang vivants du Christ, formant nos cœurs dans ton amour. Transforme notre colère en compassion, notre amertume en pardon, et nos paroles en instruments de vie. Fortifie-nous pour vivre en harmonie les uns avec les autres et selon ta volonté, maintenant et toujours.*

*Après l'Anamnèse (après « Faites cela en mémoire de moi »)*

*En recevant le Corps et le Sang du Christ, que nous soyons remplis de ton Esprit, renouvelés dans nos cœurs intérieurs, et rendus instruments de ta paix dans le monde.*

*Que l'amour du Christ habite en nous richement, nous permettant de pardonner, de nous réconcilier et d'agir avec justice, reflétant la justice et la miséricorde de ton royaume dans tout ce que nous faisons.*

### **INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR**

Jésus nous enseigne que Dieu juge non seulement nos actions, mais les intentions de nos cœurs. Prions maintenant notre Père céleste, demandant que nous nous détournions de la colère, cherchions la réconciliation et soyons transformés par son amour :

### **EMBOLISME**

Délivre-nous, Seigneur, de tout mal : de l'amertume et de la colère qui blessent nos cœurs, des éloignements qui divisent ton peuple, et des tentations qui nous écartent de ta vie. Accorde-nous généreusement la paix en nos jours, afin que, soutenus par ta miséricorde, nous soyons libérés du péché et à l'abri de toute détresse, dans l'attente de l'espérance bienheureuse et de la venue de notre Sauveur, Jésus-Christ.

### **PRIÈRE POUR LA PAIX**

Seigneur Jésus-Christ, tu as dit à tes apôtres : « Je vous laisse la paix, je vous donne ma paix. » Accorde-nous cette même paix, Seigneur, une paix qui guérit les blessures, réconcilie les cœurs et restaure l'unité. Ne regarde pas nos péchés, mais notre désir de te suivre fidèlement. Fortifie ton Église, afin que nous vivions en harmonie, parlions avec douceur et agissions avec amour. Que ton Esprit nous guide pour être des instruments de réconciliation, semant la justice, la miséricorde et la vie partout où nous allons. Tu vis et règnes pour les siècles des siècles. Amen.

### **INVITATION À LA COMMUNION**

Voici l'Agneau de Dieu, qui enlève les péchés du monde. Venez à la table du Christ, non pas en cherchant la perfection, mais en cherchant la guérison. Recevez le Pain de Vie qui renouvelle les cœurs, transforme la colère en compassion et restaure ce qui est brisé. Que ce festin vous fortifie pour pardonner, réconcilier et vivre la vertu profonde à laquelle Jésus nous appelle en ce temps de

Carême. Bienheureux ceux qui sont invités au repas de l'Agneau.

## MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION

La première semaine complète du Carême touche à sa fin. Mes résolutions pour ce temps sont encore présentes, mais je sens le premier élan faiblir. Des doutes surgissent dans mon cœur. Atteindrai-je vraiment les objectifs que je me suis fixés, peut-être un peu hâtivement ? Vois-je maintenant plus clairement mes limites, des frontières que j'atteins trop vite ?

Seigneur, fortifie-moi avec ce pain pour le chemin que je veux suivre pendant ce temps. Donne-moi l'énergie et le courage nécessaires pour que le royaume des cieux brille à travers ma vie, et pour que mes paroles et mes actes deviennent une lumière pour les autres.

Seigneur, fais de moi un instrument de ta paix, afin que j'aime là où il y a haine ; que je pardonne là où il y a blessure ; que j'unisse là où il y a conflit ; que je parle vérité là où il y a erreur ; que j'apporte la foi là où il y a doute ; que j'inspire l'espérance là où il y a désespoir ; que

j'apporte la lumière là où règne les ténèbres ; et que j'apporte la joie là où il y a peine. Que ton Esprit habite profondément en moi, formant les racines d'une vie pleinement conforme à ta volonté.

## PRIÈRE APRÈS LA COMMUNION

Que la grâce de cette Eucharistie, Seigneur, nous fortifie pour nous détourner du mal et rechercher la réconciliation avec ceux que nous avons offensés. Qu'elle nous inspire à agir avec justice, à favoriser la vie et à vivre en harmonie les uns avec les autres. Que, par ton Esprit, nos cœurs soient renouvelés et nos vies transformées, afin que l'amour du Christ brille en nous dans tout ce que nous faisons. Par le Christ notre Seigneur. Amen.

## BÉNÉDICTION FINALE

Que le Dieu tout-puissant vous bénisse, le Père, le Fils et le Saint-Esprit.

Que le Seigneur garde vos cœurs ouverts à son Esprit, vos esprits attentifs à sa Parole et vos vies guidées par son amour. Qu'il transforme notre colère en compassion,

nos éloignements en réconciliation, et nos paroles en instruments de vie. Amen.

## RENOVI

Allez dans la paix, glorifiant le Seigneur par votre vie, pardonnant comme vous avez été pardonnés et aimant comme vous avez été aimés.

## PENSÉE À EMPORTER

La justice de Dieu est plus grande que la loi, car Dieu est amour.

L'espérance est semée — soyez le sol où elle peut croître. Que cette semaine, ce Carême et chaque jour de notre vie soient un moment pour cultiver des cœurs de paix, des paroles de bonté et des actes de réconciliation.

## Samedi de la 1re semaine de Carême

Deutéronome 26,16-19 ; Matthieu 5,43-48

### INTRODUCTION

Il est souvent facile et confortable de n'avoir aucune opinion personnelle et de simplement suivre les habitudes des autres — « on pense », « on dit », « on fait comme les autres ». Pourtant, chacun de nous est responsable de ses pensées et de ses actes. Nous ne pouvons pas nous cacher derrière les autres. En tant que chrétiens, nous sommes appelés à parler et à agir comme Jésus-Christ nous l'a montré. Les règles ordinaires ne suffisent plus. La mesure de nos actions n'est pas ce que font les autres, mais l'amour de Dieu.

Aujourd'hui, nous nous souvenons aussi de saint Casimir, qui vécut au XVe siècle en Pologne. Il devait devenir roi de Hongrie, mais il refusa les manœuvres politiques. Il choisit plutôt de vivre fidèlement selon les commandements de Jésus et l'exemple de Marie, mourant à seulement 26 ans. La foi signifie tendre vers l'union entre Dieu et l'humanité, un partenariat avec Dieu. Nous sommes, comme le

rappelle l'hymne, à Dieu lui-même. Se souvenir de cela façonne notre manière de vivre et de traiter les autres — dans nos pensées, nos paroles et nos actes. Préparons nos cœurs à entrer dans cette célébration sacrée, cherchant la miséricorde de Dieu.

### **ACTE PÉNITENTIEL**

Seigneur Jésus-Christ, tu nous appelles à aimer au-delà de nos instincts et à prier pour ceux qui nous ont fait du tort. Pourtant, nous confessons que trop souvent nous répondons à la colère par la colère, à l'amertume par l'amertume, et à la blessure par la vengeance. Seigneur, prends pitié.

Christ Jésus, tu nous montres le chemin de la croix, un chemin de don de soi et d'amour divin. Nous avons manqué de prier pour nos ennemis, de chercher la réconciliation et d'agir avec miséricorde envers les autres. Christ, prends pitié.

Seigneur Jésus-Christ, tu nous appelles à la perfection comme Dieu est parfait, à aimer de manière inclusive et sans limites. Pardonne-nous lorsque nous limitons notre

amour, nous accrochons à des rancunes ou laissons le ressentiment durcir nos cœurs. Seigneur, prends pitié.

### **PRIÈRE D'ABSOLUTION**

Que Dieu Tout-Puissant, riche en miséricorde, nous libère de nos péchés et transforme nos cœurs par la puissance de l'Esprit Saint. Qu'il nous fortifie pour aimer ceux qui nous ont fait du tort, prier pour nos ennemis et suivre le chemin du Christ, qui vainc le mal par le bien. Et que Dieu Tout-Puissant ait pitié de nous, nous pardonne nos péchés et nous conduise à la vie éternelle. Amen.

### **COLLECTE**

Père éternel, tourne nos cœurs vers toi, afin que nous cherchions ce qui est vraiment nécessaire et te glorifions par des œuvres d'amour. Aide-nous à recevoir ton Esprit pour que nous aimions nos ennemis, priions pour ceux qui nous persécutent et vainquions le mal par le bien. Que ta grâce guide nos pensées, nos paroles et nos actes, afin que nos vies reflètent l'amour divin de ton Fils, Jésus-Christ, qui vit et règne avec toi dans l'unité de l'Esprit Saint, un seul Dieu, pour les siècles des siècles. Amen.

## HOMÉLIE

On raconte l'histoire d'une enseignante qui, lors d'une sortie scolaire, se trouva traitée de manière impolie et injuste par un petit groupe d'élèves. Au début, elle sentit la colère et le ressentiment monter en elle. Mais au lieu de réagir de la même manière, elle pria silencieusement pour eux, demandant à Dieu de leur donner la bonté et la compréhension. Avec le temps, sa patience et sa compassion commencèrent à influencer les élèves. Ils changèrent — non pas parce qu'ils y furent contraints, mais parce qu'ils expérimentèrent un amour qui ne riposte pas. Cette histoire montre en miniature ce que Jésus nous appelle à vivre dans l'Évangile d'aujourd'hui : un amour qui va au-delà de l'instinct, un amour qui transforme les cœurs.

Les chrétiens ne sont ni meilleurs ni pires que les autres, en général. Pourtant, nous entendons le défi de Jésus dans l'Évangile d'aujourd'hui : « Si vous aimez seulement ceux qui vous aiment, quelle récompense aurez-vous ? Même les collecteurs d'impôts ne font-ils pas pareil ? Et si

vous saluez seulement vos frères, qu'y a-t-il d'extraordinaire ? Les païens ne font-ils pas de même ? » Jésus nous appelle à aller plus loin. Parfois, nous rencontrons des personnes qui ont pris cet enseignement à cœur. Elles ont souffert de la part d'ennemis, et pourtant elles ne nourrissent aucune amertume. Elles ne cherchent pas à rendre le mal pour le mal. Au contraire, elles prient pour leurs persécuteurs et leur souhaitent le bien. Voir de telles personnes suscite le respect, l'admiration et le sentiment de ce qui est véritablement noble dans la nature humaine. Jésus appelle cet amour divin — l'amour qui reflète la miséricorde de Dieu. Saint Paul nous rappelle que Dieu démontre son amour pour nous alors que nous étions encore pécheurs ; la croix est la preuve ultime de l'amour de Dieu pour les ennemis et pour les indignes. L'appel de l'Évangile est exigeant. Aimer son ennemi n'est pas une question de sentiments ; c'est un acte de volonté. Nous pouvons avoir du mal à identifier quelqu'un comme un ennemi, mais nous savons souvent nommer ceux qui

nous ont blessés ou offensés. Jésus nous invite à leur souhaiter du bien, à prier pour leur bien-être et à agir avec bonté et générosité, même lorsqu'ils nous provoquent. Voilà l'essence de l'amour divin auquel il nous appelle. Comme Paul l'écrit : « Ne rendez à personne le mal pour le mal... Ne laissez pas le mal vous vaincre, mais vainquez le mal par le bien. »

Jésus nous appelle aussi à la perfection — non pas la perfection que le monde comprend, mais celle que Dieu incarne : miséricordieuse, inclusive et divine. Être parfait comme Dieu est parfait, c'est aimer sans limites, même ceux qui nous persécutent ou nous font du tort. Nous ne pouvons pas le faire seuls. L'Esprit de Dieu — l'Esprit d'amour — nous donne la force. Par la prière, la réflexion et le don de l'Esprit, nous pouvons croître dans cet amour extraordinaire que Jésus exige, un amour qui réconcilie, guérit et transforme à la fois nous-mêmes et les autres.

Le Carême nous invite à prendre ce défi au sérieux : examiner nos cœurs, affronter nos rancunes et nous ouvrir à l'Esprit qui rend possible l'amour divin. La prière, surtout

pour ceux qui nous ont fait du tort, est un acte puissant de liberté. Elle nous libère de l'esclavage du ressentiment et de la peur et permet à la justice et à la miséricorde de Dieu de prendre racine dans nos cœurs.

Pour revenir à notre histoire initiale, la prière silencieuse de l'enseignante pour ceux qui l'avaient maltraitée montre le pouvoir de cet amour. Il change non seulement ceux pour qui l'on prie, mais aussi celui qui prie. Le Carême nous appelle à entrer dans cette pratique : exercer patience, miséricorde et volonté d'aimer au-delà de l'instinct, reflétant la perfection de Dieu dans nos vies.

### **INVITATION À LA PRIÈRE SUR LES OFFRANDES**

Prions, frères et sœurs, afin que ces dons que nous offrons plaisent à Dieu, qui nous appelle à une vie d'amour et de miséricorde divins, et soient agréables à notre Père tout-puissant.

### **PRIÈRE SUR LES OFFRANDES**

Seigneur, accepte ces dons que nous t'apportons en gratitude pour ta miséricorde. Que ce pain nourrisse nos cœurs et que ce vin fortifie nos esprits, afin que nous

aimions sans limites, pardonnions à ceux qui nous persécutent et reflétions ton amour divin dans toutes nos actions. Par le Christ notre Seigneur. Amen.

## PRÉFACE

Il est vraiment juste et bon, notre devoir et notre salut, de toujours et en tout lieu te rendre grâce, Seigneur, Père saint, Dieu tout-puissant et éternel.

En ce temps de Carême, tu nous appelles à une conversion plus profonde, à examiner nos cœurs et à nous détourner du péché, de la colère et du ressentiment. Tu nous invites à suivre le chemin de ton Fils, Jésus-Christ, qui nous enseigne non seulement à aimer notre prochain, mais aussi à aimer nos ennemis et à prier pour ceux qui nous persécutent.

Par cet amour extraordinaire, nous voyons ta miséricorde se révéler, ta justice s'accomplir et ton Esprit agir en nous, transformant nos cœurs et nos esprits.

Par la puissance de ton Esprit, nous sommes fortifiés pour vaincre le mal par le bien, agir avec pardon et chercher la réconciliation là où il y a division. Tu ne nous appelles pas

à un amour minimal ou commode, mais à un amour qui reflète ta perfection divine — un amour patient, miséricordieux et inclusif, embrassant tous, même ceux qui s'opposent à nous.

C'est pourquoi, avec les anges et les archanges, avec les trônes et les dominations, et avec toute l'armée céleste, nous proclamons ta gloire et sans fin nous acclamons : Saint, Saint, Saint le Seigneur...

## PRIÈRE EUCHARISTIQUE II

*Avant l'épiclèse pour méditation personnelle seulement :*  
Envoie ton Esprit Saint, Seigneur, sur nous et sur ces dons, afin que ce pain et ce vin deviennent le Corps et le Sang du Christ. Transforme nos cœurs, guéris notre colère et enracine en nous un amour qui pardonne, réconcilie et vainc le mal par le bien. Que cette Eucharistie nous fortifie à vivre en enfants de Dieu, reflétant la miséricorde divine dans tout ce que nous faisons.

*Après l'anamnèse (après « Faites ceci en mémoire de moi ») :* En recevant ton Corps et ton Sang, que l'Esprit nous remplisse du courage d'aimer sans limites, de prier pour

ceux qui nous nuisent et d'agir avec justice et miséricorde. Que ce sacrement soit source de transformation, guidant nos cœurs vers la vertu plus profonde à laquelle Jésus nous appelle et façonnant nos vies selon ta volonté.

### **INVITATION À LA PRIÈRE DU SEIGNEUR**

Jésus nous enseigne que Dieu juge non seulement nos actions mais aussi les intentions de nos cœurs. Prions maintenant notre Père céleste, afin que nous nous détournions de la colère, cherchions la réconciliation et soyons transformés par son amour :

### **EMBOLISME**

Délivre-nous, Seigneur, de tout mal — surtout du mal de la colère, du ressentiment et de la division qui habitent nos cœurs. Accorde-nous, par la puissance de ton Esprit, de pardonner à ceux qui nous ont blessés, de prier pour ceux qui nous persécutent et d'agir avec miséricorde envers tous. Que ton Fils, qui vainc toute forme de mal par sa croix, nous fortifie pour aimer comme tu aimes, refléter ta perfection dans notre vie quotidienne et apporter paix, réconciliation et vie partout où nous allons, dans l'attente

de l'espérance bienheureuse et de la venue de notre Sauveur, Jésus-Christ. Amen.

### **PRIÈRE POUR LA PAIX**

Seigneur Jésus-Christ, tu as dit à tes apôtres : « Je vous laisse la paix, je vous donne ma paix. » Ne regarde pas nos péchés, mais notre désir de te suivre fidèlement. Fortifie ton Église, afin que nous vivions en harmonie, pardonnions librement et agissions avec miséricorde envers tous, même nos ennemis. Que ton Esprit nous guide en toute parole et action, afin que ta paix règne dans nos cœurs et dans le monde. Tu vis et règnes pour les siècles des siècles. Amen.

### **INVITATION À LA COMMUNION**

Venez à la table du Christ, non pas en parfaits, mais en quête de guérison. Recevez le Pain de Vie qui renouvelle les cœurs, transforme la colère en compassion et rétablit ce qui a été brisé. Que ce repas vous fortifie pour pardonner, réconcilier et vivre la vertu plus profonde à laquelle Jésus nous appelle en ce temps de Carême.

## **MÉDITATION APRÈS LA COMMUNION**

Seigneur, j'ai du mal à aimer mes ennemis. Je ne peux pas encore prier pour mes persécuteurs. J'ai envie de leur nuire ou de me venger. Je sais que c'est mal. Cela me peine de ne pas pouvoir aimer pleinement tous ceux que je devrais.

Aide-moi, Seigneur, à réfléchir au bien de ceux que je considère comme mes ennemis, à voir ce qu'il y a en eux de digne d'amour, et à prier pour que le mal dans leur cœur diminue et qu'ils agissent avec bonté. Fortifie-moi par ton Esprit, afin que ton amour circule en moi et transforme mes paroles, mes actes et mon cœur.

## **PRIÈRE APRÈS LA COMMUNION**

Que la grâce de cette Eucharistie nous inspire à suivre le chemin du Christ : pardonner librement, aimer sans limites et prier pour ceux qui nous nuisent. Qu'elle approfondisse nos cœurs dans l'amour divin, réconcilie nos relations et nous fortifie pour vivre selon l'appel de l'Évangile, en vainquant le mal par le bien. Par le Christ notre Seigneur. Amen.

## **BÉNÉDICTION FINALE**

Que Dieu Tout-Puissant vous bénisse, le Père, le Fils et le Saint-Esprit.

Que l'Esprit du Christ remplisse vos cœurs du courage d'aimer vos ennemis, de prier pour ceux qui vous persécutent et d'agir avec miséricorde. Que vos vies reflètent l'amour parfait de Dieu, que vos paroles apportent réconciliation et que vos actions incarnent justice et paix divines. Et que Dieu Tout-Puissant vous bénisse + Amen.

## **RENOVI**

Allez dans l'amour du Christ, pardonnant ceux qui vous ont blessés, priant pour ceux qui s'opposent à vous et cherchant toujours à vaincre le mal par le bien.

## **PENSÉE À EMPORTER**

Jésus nous appelle à un amour qui transcende l'instinct, un amour qui prie pour les ennemis et pardonne librement. La vie est à la fois un don et une tâche de Dieu ; accueillons-la avec des cœurs ouverts à la réconciliation, à la miséricorde et à l'amour divin qui transforme toutes choses.