

PILIER 1: SE LAISSER TRANSFORMER PAR DIEU



« CELUI-CI EST MON FILS BIEN-AIMÉ, ÉCOUTEZ-LE »
MATTHIEU 17:5

Intuition de la semaine

La sainteté ne commence pas par un effort héroïque.
Elle commence par une écoute quotidienne attentive de
Dieu présent dans nos vies.

Se convertir, ce n'est pas d'abord faire plus.

C'est consentir à l'action de Dieu, qui ne cesse de nous parler :

à travers sa Parole, les événements, les rencontres, la beauté de la Création...

Se laisser transformer demande :

de la disponibilité intérieure

du temps

de la patience

de la confiance.

Cette semaine, nous apprenons à écouter.

ORGANE SYMBOLIQUE :
LES OREILLES



Question intérieure



Qu'est-ce qui m'empêche d'être plus disponible et plus à l'écoute de Dieu ?

Surligner les actions que vous voulez adopter pour cette semaine

PRIÈRE

- Vivre un temps de silence quotidien, même bref (ex: 5min)
- Prier chaque jour avec cette phrase : « Seigneur, apprends-moi à mieux t'écouter. »
- Découvrir ou approfondir la Liturgie des Heures (voir "outils pour la prière")
- Pratiquer la Lectio Divina (voir annexe). C'est lire la Bible avec le cœur pour laisser Dieu nous parler à travers sa Parole.
- Lire le livre de l'Exode qui comprend...40 chapitres. Dans le livre de l'Exode, Dieu choisit Moïse pour conduire son peuple hors d'Égypte et lui révéler son Alliance.

PÉNITENCE

- « Seigneur, ouvre mes lèvres et ma bouche publiera ta louange » (liturgie des heures)
- Commencer sa journée par écouter....d'abord la Parole de Dieu (pas d'écran). Juste écouter la parole biblique du jour (AELF, Magnificat, ...) ou la lire à haute voix.
- Réduire l'écoute de musique, podcasts, radio, actualités mondains/non chrétiens.
- Remplacer ces temps par des contenus chrétiens (bible, musique, podcast, film, série) ou du silence.

PARTAGE

- Apprendre à honorer l'autre par l'écoute.
- Prendre des nouvelles d'un proche, d'une personne isolée, souffrante à qui mon appel ferait du bien
- Pratiquer l'Écoute active : Dans une conversation, ne parlez pas pendant 3 minutes. Écoutez vraiment. Reformuler ce que l'autre a exprimé. Écouter, c'est aimer.

FORMATION

- Lire la lettre du Pape pour le Carême 2026 sur le thème : écoute et jeûne.

EXAMEN DE CONSCIENCE

- « Ai-je vraiment écouté aujourd'hui ? »
- Qu'ai-je entendu de beau ou d'inattendu ?
- À qui ai-je prêté une oreille attentive ?
- Quand ai-je été en mode écoute avec Dieu ?
- Quand ai-je fui le silence ?



Saint compagnon SAINT MOÏSE



1. Une histoire blessée

Moïse ne grandit pas avec ses parents. Hébreu de naissance, il est élevé à la cour du Pharaon en Égypte.

Il porte en lui un conflit d'identité.

Un jour, en voulant défendre un Hébreu maltraité par un Égyptien, il le tue. Il est contraint de fuir au désert.

Son histoire commence par une erreur et un exil, ... comme la nôtre.

2. La rencontre qui change tout

Au cœur de son exil, Moïse rencontre Dieu.

Un Dieu qui ne définit pas une personne par son passé.

Un Dieu qui ouvre à un avenir.

Moïse entend Dieu l'appeler à une mission : libérer le peuple hébreu de l'esclavage.

Il résiste. Il se sent incapable. La mission lui paraît trop grande.

Mais Dieu lui promet sa présence fidèle. Alors Moïse accepte.

3. Une vie unifiée par la mission

À partir de ce jour, sa vie change.

Il devient serviteur, intermédiaire et intercesseur entre Dieu et son peuple.

Un homme qui apprend à écouter et à obéir à Dieu.

Sa force ne vient pas de lui-même, mais de sa capacité à entendre la voix de Dieu.

4. Et pour nous ?

Nous vivons dans un monde saturé de voix.

Mais une question demeure :

Que me dit Dieu ? Est-ce que je connais la mission qu'il a pour ma vie ? Est-ce que je m'y prépare ? Est-ce que je la vis ?

L'obéissance n'est pas toujours facile. Mais elle donne du sens.

Que l'Esprit Saint ouvre nos oreilles pour entendre la voix de Dieu et y répondre.