

Textes liturgiques © AELF, Paris
Vous pouvez vous rendre
dans n'importe quelle
bibliothèque religieuse pour
y trouver le texte biblique
dans son intégralité.



L'Avent en famille



www.apel.fr
277 rue Saint-Jacques
75005 Paris

**Le réseau d'animation
pastorale de l'Apel (RAP)**
- est constitué de parents Apel,
nommés délégués à l'animation
pastorale par les présidents
d'Apel d'établissement,
départementale ou académique ;
- participe à la dimension
évangélique de l'enseignement
catholique ;
- propose d'accompagner
les parents dans leur spiritualité
ou leur intériorité.

Le réseau d'animation
pastorale de l'Apel

Le réseau d'animation
pastorale de l'Apel

L'Avent en famille



Vivre le temps de l'Avent comme un temps d'amour...

Chers parents,
Le réseau d'animation pastorale de l'Apel a conçu ce livret afin de vous accompagner en famille pendant ce moment particulier de l'Avent. C'est un calendrier que vous pourrez accrocher pour suivre les quatre semaines de l'Avent, Noël et l'Épiphanie. Vous y trouverez :
- une introduction sur Noël, un temps d'espérance et d'amour,
- les Évangiles du dimanche accompagnés de leurs illustrations et d'une méditation éclairant les paroles de ces Évangiles,
- des prières,
- des citations,
- des activités à faire en famille,
- des propositions pour prendre soin des autres et des idées pour se tourner vers le Seigneur.
À chaque semaine, correspond un thème que vous pourrez approfondir. Nous espérons que ce guide vous sera utile et qu'il vous permettra de mieux vivre avec vos enfants ce temps de l'attente de la naissance de Jésus pour célébrer Noël dans la joie.

Faire quelque chose pour les autres

En ce temps de joie, laissons de côté, les méchancetés et les disputes, c'est le moment du pardon et de la réconciliation avec les autres et Jésus.

Se tourner vers le Seigneur

Les mages sont venus de loin, donner des cadeaux très précieux à l'Enfant-Jésus : or, myrrhe et encens. Nous pouvons, nous aussi, lui offrir quelque-chose : une vie remplie d'amour pour Lui et pour les autres !

MÉDITATION ÉVANGÉLIQUE

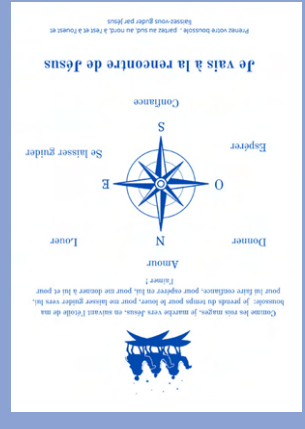
On a du mal à voir ce qui est miraculeux tout près de nous. Il faut parfois nous mettre à l'écoute de ceux qui viennent de loin pour qu'ils nous apprennent à voir ce qui est beau chez nous. À quel moment savons-nous les écouter, non pas seulement pour entendre leurs besoins ou leurs demandes, mais pour apprendre d'eux des choses importantes sur nous, sur notre monde ?

Baptiste Jacomino, directeur de la Stratégie de l'Enseignement catholique de Paris



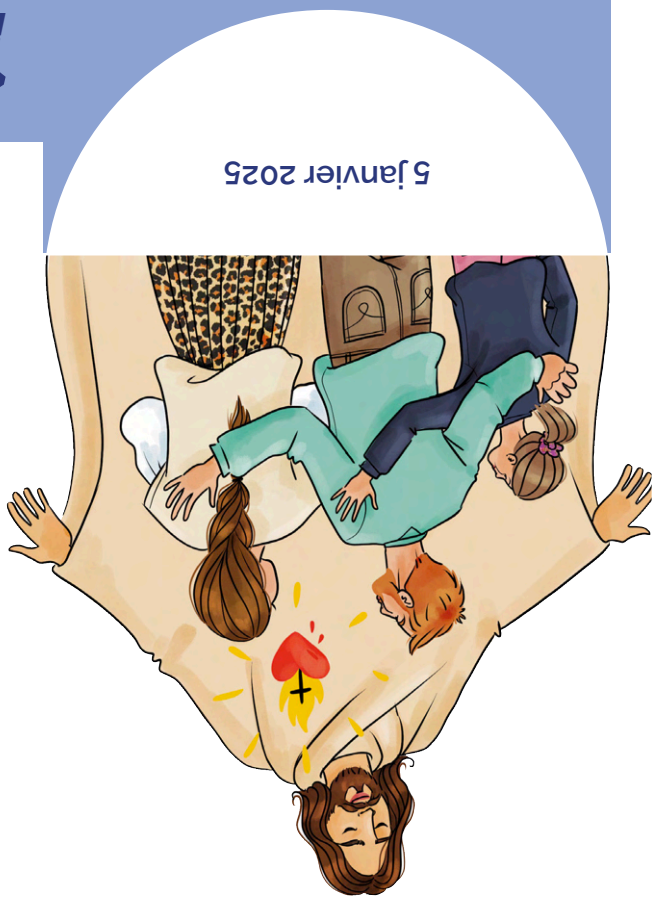
ACTIVITÉ POUR LA FAMILLE

Une boussole pour marcher vers Jésus



Retrouver les explications du bricolage sur notre page Pinterest : <https://bit.ly/3cY7nRX>

Vous pouvez accéder en allant sur notre site www.apel.fr et en cliquant sur l'icône *Pinterest* en haut à droite. Puis cliquez sur le tableau « calendrier de l'Avent »



5 janvier 2025

En cette période de l'Avent, préparons « le chemin du Seigneur » pour en faire un chemin d'amour et un temps de conversion.
Quelques minuscules fragments d'amour et le monde est plus beau... par Baptiste Jacomino, directeur de la Stratégie de l'Enseignement catholique de Paris

J'ai emmené mon fils de 4 ans en Italie pour la première fois. Nous sommes arrivés en avance à la gare d'Albenga. Il faisait très chaud. Nous avons peu dormi. Nous étions trop chargés. Presque tout était fermé. Nous sommes entrés dans le premier kiosque à journaux, puis dans le premier café que nous avons trouvé. Tout nous y a paru merveilleux : les mots de politesse de la serveuse, le biscuit donné avec le café, les magazines qu'on nous a désignés, le goût de la grenade aussi semblait neut.
De nous être sentis un peu perdus, épuisés, avoir ouvert nos yeux, nos oreilles et nos papilles à tous les signes de gentillesse, de douceur et d'hospitalité. Nous étions nous-mêmes plus gentils, plus disponibles, plus sensibles à toute beauté, même la plus ordinaire. Je crois que c'est souvent comme ça quand on est un peu démunis, un peu exposé à l'étranger.
On sent à quel point l'amour, même sous ses formes les plus minuscules en apparence, est précieux, à quel point il nous ouvre une vie nouvelle. L'amour de Dieu et sa prévenance, se rencontrent souvent ainsi : quand on ne se sent pas tout à fait chez soi, comme Marie quand elle a donné naissance à Jésus, comme les mages en voyage loin de chez eux.

« L'âme ne peut vivre sans amour, à aimer puisque c'est par amour que Dieu l'a créée. »
Sainte Catherine de Sienne (1347 – 1380)

PRIÈRE

Les Rois-mages
Comme eux, mettons-nous en marche, nous ne savons pas exactement ce que sera l'aventure.
Comme eux, faisons confiance.
Comme eux, levons les yeux, la Lumière nous vient d'ailleurs, elle vient de Dieu.
Comme eux, laissons-nous éclairer.
Comme eux, cherchons, n'ayons pas trop de certitudes, ayons seulement des convictions.
Comme eux, découvrons les signes d'une Présence.
Comme eux, offrons des cadeaux : celui de la prière, celui du respect de tout homme.
Comme eux, cherchons à faire plaisir à Dieu, et aux hommes.
Comme eux, acceptons d'emprunter un nouveau chemin, même s'il s'annonce rude.
Comme eux, laissons-nous déranger par Dieu et par les hommes nos frères.
Que cette année soit une marche ensemble, sur les pas des Mages.
Père Gérard Naslin

Cherchez Le Seigneur

ÉVANGILE

(Mt 2, 1-12)

Jésus était né à Bethléem en Judée, au temps du roi Hérode le Grand. Or, voici que des mages venus d'Orient arrivèrent à Jérusalem et demandèrent : « Où est le roi des Juifs qui vient de naître ? Nous avons vu son étoile à l'orient et nous sommes venus nous prosterner devant lui. » En apprenant cela, le roi Hérode fut bouleversé, et tout Jérusalem avec lui. Il réunit tous les grands prêtres et les scribes du peuple, pour leur demander où devait naître le Christ. Ils lui répondirent : « À Bethléem en Judée, car voici ce qui est écrit par le prophète : Et toi, Bethléem, terre de Juda, tu n'es certes pas le dernier parmi les chefs-lieux de Juda, car de toi sortira un chef, qui sera le berger de mon peuple Israël. » Alors Hérode convoqua les mages en secret pour leur faire préciser à quelle date l'étoile était apparue ; puis il les envoya à Bethléem, en leur disant : « Allez vous renseigner avec précision sur l'enfant. Et quand vous l'aurez trouvé, venez me l'annoncer pour que j'aïlle, moi aussi,

me prosterner devant lui. » Après avoir entendu le roi, ils partirent. Et voici que l'étoile qu'ils avaient vue à l'orient les précédait, jusqu'à ce qu'elle vienne s'arrêter au-dessus de l'endroit où se trouvait l'enfant. Quand ils virent l'étoile, ils se réjouirent d'une très grande joie. Ils entrèrent dans la maison, ils virent l'enfant avec Marie sa mère ; et, tombant à ses pieds, ils se prosternèrent devant lui. Ils ouvrirent leurs coffrets, et lui offrirent leurs présents : de l'or, de l'encens et de la myrrhe. Mais, avertis en songe de ne pas retourner chez Hérode, ils regagnèrent leur pays par un autre chemin. – Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris



du 1^{er} au 25 décembre
2024

PRIÈRE

« Ce court précepte t'est donné une fois pour toutes : Aime et fais ce que tu veux. Si tu te tais, tais-toi par Amour, si tu parles, parle par Amour, si tu corriges, corrige par Amour, si tu pardones, pardonne par Amour. Aie au fond du cœur la racine de l'Amour : de cette racine, rien ne peut sortir de mauvais. Voici ce qu'est l'Amour ! Voici comment s'est manifesté l'Amour de Dieu pour nous : il a envoyé son Fils unique dans le monde, afin que nous vivions par Lui. Voici ce qu'est l'Amour : ce n'est pas nous qui avons aimé Dieu, c'est Lui qui nous a aimés le premier (1 Jn 4, 9-10). Ce n'est pas nous qui L'avons aimé les premiers, mais Il nous a aimés, afin que nous L'aimions. Ainsi soit-il. »

Saint Augustin d'Hippone
(354-430)



PRIÈRE

Répandez l'amour partout où vous allez, mais d'abord et avant tout dans votre propre maison. Aimez vos enfants, votre épouse ou votre mari, votre voisin...

Ne laissez personne venir à vous qui ne reparte meilleur et plus heureux. Soyez l'expression vivante de la bonté, que ce soit la bonté de votre visage, la bonté de votre regard, la bonté de votre sourire ou la bonté de votre accueil chaleureux.

Sainte Mère Teresa (1910-1997)



Écoutons : « Aimer, c'est tout donner »
de Sainte Thérèse
de l'Enfant-Jésus

Priez en tout temps



(Luc 21, 25-28, 34-36) *

ÉVANGILE

En ce temps-là, Jésus parlait à ses disciples de sa venue : « Il y aura des signes dans le soleil, la lune et les étoiles. Sur terre, les nations seront affolées et désemparées par le fracas de la mer et des flots. Les hommes mourront de peur dans l'attente de ce qui doit arriver au monde, car les puissances des cieux seront ébranlées. Alors, on verra le Fils de l'homme venir dans une nuée, avec puissance et grande gloire. Quand ces événements commenceront, redressez-vous et relevez la tête, car votre récompense approche. Tenez-vous sur vos gardes, de crainte que votre cœur ne s'alourdisse dans les beuveries, ne s'alourdisse dans les beuveries, l'ivresse et les soucis de la vie, et que ce jour-là ne tombe sur vous à l'improviste comme un filet; il s'abattra, en effet, sur tous les habitants de la terre entière. Restez éveillés et priez en tout temps : ainsi vous aurez la force d'échapper à tout ce qui doit arriver, et de vous tenir debout devant le Fils de l'homme. »
- Acclamons la Parole de Dieu.
Textes liturgiques © AELF, Paris

Faire quelque chose pour les autres

Et si vous invitez le prêtre de la paroisse à déjeuner ou dîner à Noël ou pour l'Épiphanie ?

Se tourner vers le Seigneur

Inventons une belle prière pour remercier le Seigneur de cette journée et confions-lui toutes les personnes que nous avons rencontrées aujourd'hui et celles qui sont dans la peine ou malades.



« Vivre d'Amour, c'est naviguer
sans cesse. Semant la paix,
la joie dans tous les cœurs. »
Sainte Thérèse de Lisieux

MÉDITATION ÉVANGÉLIQUE

Même les plus grands empereurs ne peuvent pas tout contrôler, tout maîtriser. Il suffit d'un tout petit enfant inattendu pour que tout soit bouleversé sans que l'on s'y attende. N'ayons pas trop peur de ceux qui semblent très puissants. Ce qui compte est souvent ailleurs : une rencontre avec une nouvelle personne, une découverte, une surprise...
Baptiste Jacomino, directeur de la Stratégie de l'Enseignement catholique de Paris

25
décembre
2024

ACTIVITÉ POUR LA FAMILLE

Créer un carnet de gratitude



Retrouver
les explications
du bricolage
sur notre page
Pinterest :



<https://bit.ly/3cY7nRX>

Vous pouvez y accéder en allant sur notre site www.apel.fr et en cliquant sur l'icône *Pinterest* en haut à droite. Puis cliquez sur le tableau « calendrier de l'Avent ».

PRIÈRE

Aujourd'hui, lumineuse sera
la nuit

et resplendissant le jour,

Car il est né l'enfant

qui change le monde,

Connaissez-vous son nom?

Sur son visage danse le sourire

de Dieu.

Il est né, il restera avec nous

et la joie des hommes

devient la joie de Dieu.(...)

Il est né, il reste avec nous

et l'amour des hommes

devient l'amour de Dieu.

Il est né, il reste avec nous

et ses paroles portent

la vie en elles comme un

printemps

gonflé de promesses.

Connaissez-vous son Nom ?

Je vais vous le dire

et je voudrai qu'il reste attaché

à votre cœur.

Il s'appelle EMMANUEL

Il est Dieu avec nous.

Père Charles Singier

ÉVANGILE

(Luc 2, 1-14)

En ces jours-là, parut un édit de l'empereur Auguste, ordonnant de recenser toute la terre – ce premier recensement eut lieu lorsque Quirinius était gouverneur de Syrie. Et tous allaient se faire recenser, chacun dans sa ville d'origine. Joseph, lui aussi, monta de Galilée, depuis la ville de Nazareth, vers la Judée, jusqu'à la ville de David appelée Bethléem. Il était en effet de la maison et de la lignée de David. Il venait se faire recenser avec Marie, qui lui avait été accordée en mariage et qui était enceinte. Or, pendant qu'ils étaient là, le temps où elle devait enfanter fut accompli. Et elle mit au monde son fils premier-né; elle l'emballota et le coucha dans une mangeoire, car il n'y avait pas de place pour eux dans la salle commune. Dans la même région, il y avait des bergers qui vivaient dehors et passaient la nuit dans les champs pour garder leurs troupeaux. L'ange du Seigneur se présenta devant eux, et la gloire du Seigneur les enveloppa de sa lumière. Ils furent saisis d'une grande crainte. Alors l'ange leur dit: « Ne craignez pas, car voici que je vous annonce une bonne nouvelle, qui sera une grande joie pour tout le peuple: Aujourd'hui, dans la ville de David, vous est né un Sauveur qui est le Christ, le Seigneur. Et voici le signe qui vous est donné: vous trouverez un nouveau-né emmaillotté et couché dans une mangeoire. » Et soudain, il y eut avec l'ange une troupe céleste innombrable, qui louait Dieu en disant: « Gloire à Dieu au plus haut des cieux, et paix sur la terre aux hommes, qu'il aime. »

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris

Gloire à Dieu au plus haut des cieux!



1^{er} décembre 2024

Faire quelque chose pour les autres

Sur des petits papiers, mettons le nom de personnes que nous croisons souvent dans notre vie (la boulangère, le SDF, l'animateur sportif, l'enseignant...). Chaque dimanche de l'Avent, chaque membre de la famille piochera une personne et priera pour elle chaque jour de la semaine et ainsi de suite jusqu'à Noël.

Se tourner vers le Seigneur

« Restez éveillés et priez ». Prenons le temps de nous taire et de faire silence pour mieux écouter Dieu au fond de notre cœur, et ainsi mieux comprendre son message et l'appliquer autour de nous.

MÉDITATION ÉVANGÉLIQUE

À force de répéter les mêmes choses, les mêmes gestes, les mêmes paroles, il arrive que l'on ne fasse plus attention, que l'on ne voie plus ce qui est important, ce qui est nouveau, ce qui pourrait nous amener à changer. Quand je me risque à parler à une personne que je ne connais pas, quand je vais dans un nouvel endroit, quand je laisse de la place parmi mes amis à quelqu'un qui ne fait pas partie de la bande, cela m'aide souvent à faire attention à nouveau.

Baptiste Jacomino, directeur de la Stratégie de l'Enseignement catholique de Paris



ACTIVITÉ POUR LA FAMILLE

Couronne de cœurs de l'Avent



Retrouver
les explications
du bricolage
sur notre page
Pinterest :

<https://bit.ly/3cY7nRX>

Vous pouvez y accéder en allant sur notre site www.apel.fr et en cliquant sur l'icône **Pinterest** en haut à droite. Puis cliquez sur le tableau « calendrier de l'Avent ».

« Mon commandement, le voici: Aimez-vous les uns les autres comme je vous ai aimés. » (Jean 15 -12).

PRIÈRE

Avent

Avant Noël, avant la fête,
compte à rebours,
Quatre semaines, ou un peu moins,
Avant que la fête ne soit là.

Avent

Ceux qui m'entourent,
les commerçants, et les enfants
ont commencé l'Avent avant la date,
tant ils ont hâte...

Pourtant c'est si bon d'attendre

D'avancer pas à pas,

Dans la certitude paisible
que tu arriveras.

Avent,

Je compte les jours qui me séparent
de ta venue,

De ton avènement,

De l'aventure à vivre,

Car c'est une aventure que marcher
avec toi.

Sœur Marie-Annick, marianiste



Préparez les chemins du Seigneur

ÉVANGILE

(Luc 3, 1-6)

L'an quinze du règne de l'empereur Tibère, Ponce Pilate étant gouverneur de la Judée, Hérode étant alors au pouvoir en Galilée, son frère Philippe dans le pays d'Iturée et de Tracontide, Lysanias en Abilène, les grands prêtres étant Hanne et Caïphe, la parole de Dieu fut adressée dans le désert à Jean, le fils de Zacharie. Il parcourut toute la région du Jourdain, en proclamant un baptême de conversion pour le pardon des péchés, comme il est écrit dans le livre des oracles d'Isaïe, le prophète : Voix de celui qui crie dans le désert : Préparez le chemin du Seigneur, rendez droits ses sentiers. Tout ravin sera comblé, toute montagne et toute colline seront abaissées ; les passages tortueux deviendront droits, les chemins rocailleux seront aplatis ; et tout être vivant verra le salut de Dieu.

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris



22 décembre 2024

ACTIVITÉ POUR LA FAMILLE

Une carte pop-up
de Noël à envoyer



Retrouver
les explications
du bricolage
sur notre page
Pinterest :



<https://bit.ly/3cV7nRX>

Vous pouvez y accéder en allant sur notre site www.apelf.fr et en cliquant sur l'icône *Pinterest* en haut à droite. Puis cliquez sur le tableau « calendrier de l'Avent ».

Faire quelque chose pour les autres

Cuisinez et distribuez des
sablés ou petits gâteaux de Noël
à nos voisins, aux enseignants ou
à des personnes isolées.



« Seigneur, fais de moi
un instrument de ta paix,
Là où est la haine,
que je mette l'amour. »
Saint François d'Assise

Se tourner vers le Seigneur

Comme Sainte Elisabeth, trouvons un moment dans notre journée pour louer le Seigneur et lui dire merci pour une belle chose qui nous est arrivée dans la journée.

MÉDITATION ÉVANGÉLIQUE

PRIÈRE
Sainte Marie,
Mère de Dieu,
notre Mère,
enseigne-nous à croire,
à espérer et à aimer avec toi,
Indique-nous le chemin
vers son règne ;
Étoile de la mer,
brille sur nous et conduis-nous
sur notre route !
Benoît XVI, encyclique *SPE SALVI*

Parler des bonnes nouvelles, exprimer sa joie, ce n'est pas facile. C'est important de savoir dire ce qui nous met mal à l'aise, ce qui nous rend triste, mais cela ne doit pas nous empêcher de saisir les occasions d'être heureux et de rendre grâce pour ce qui nous arrive de bon. Elisabeth nous en donne l'exemple.
Baptiste Jacomino, directeur de la Stratégie de l'Enseignement catholique de Paris

Tressaillez d'allégresse

ÉVANGILE

(Luc 1, 39-45)

En ces jours-là, Marie se mit en route et se rendit avec empressement vers la région montagneuse, dans une ville de Judée. Elle entra dans la maison de Zacharie et salua Élisabeth. Or, quand Élisabeth entendit la salutation de Marie, l'enfant tressaillit en elle. Alors, Élisabeth fut remplie d'Esprit Saint, et s'écria d'une voix forte : « Tu es bénie entre toutes les femmes, et le fruit de tes entrailles est béni. D'où m'est-il donné que la mère de mon Seigneur vienne jusqu'à moi ? Car, lorsque tes paroles de salutation sont parvenues à mes oreilles, l'enfant a tressailli d'allégresse en moi. Heureuse celle qui a cru à l'accomplissement des paroles qui lui furent dites de la part du Seigneur. »

– Acclamons la Parole de Dieu.

Textes liturgiques © AELF, Paris



8 décembre 2024

Faire quelque chose pour les autres

Posons des petits mots gentils (bon courage pour ton contrôle, bravo pour le bon diner...) ou des « bon pour » (bon pour une partie de foot, bon pour un petit-déjeuner au lit...) sur la table de nuit ou sur la porte de la chambre des membres de la famille.



« Penser est beau, prier
est mieux, aimer est tout. »

Élisabeth Leseur (1866 – 1914, intellectuelle et catholique française en voie de béatification)

Se tourner vers le Seigneur

« Rendez-droits ses sentiers » J'examine mon comportement et je prends la résolution de changer ce qui m'éloigne de Dieu et attriste les autres: mes amis, mes parents, mes frères et sœurs, mes collègues, mes camarades... Je peux l'écrire sur un papier pour bien m'en souvenir et je le mets dans un endroit connu de moi seul. Après Noël, je regarderai le papier et je verrai si j'ai bien tenu mes résolutions et j'essaierai de persévérer tout au long de l'année.

ACTIVITÉ POUR LA FAMILLE

Du blé à planter pour la Sainte Barbe



Retrouver
les explications
du bricolage
sur notre page
Pinterest :

<https://bit.ly/3cY7nRX>

Vous pouvez y accéder en allant sur notre site www.apel.fr et en cliquant sur l'icône **Pinterest** en haut à droite. Puis cliquez sur le tableau « calendrier de l'Avent ».

PRIÈRE

Bientôt Noël!

C'est la nuit, tout est calme.

*Dans la maison, le sapin est paré
de mille couleurs.*

*Dehors, sous la voûte étoilée,
la ville scintille.*

Demain, toute la famille se réunira.

*Et moi, Seigneur, je t'attends
joyeusement.*

Tu es invisible à mes yeux,

mais je le sais, tu es là pour moi.

*Sois pour moi la lumière qui éclaire
mon chemin!*

Geneviève Pasquier
(auteure de livres religieux)

MÉDITATION ÉVANGÉLIQUE

Il y a des voix qui comptent. Parfois, on entend quelque chose d'important: un mot, une phrase, une intonation, une façon de parler qui nous marque. Il nous arrive de faire comme si de rien n'était, de continuer notre chemin sans vraiment écouter, sans nous interroger sur ce que l'on entend, sans nous laisser transformer par une bonne nouvelle. Mais nous pouvons prier pour apprendre à mieux écouter.

Baptiste Jacomino, directeur de la Stratégie de l'Enseignement catholique de Paris

Partagez

ÉVANGILE

(Luc 3, 10-18)

En ce temps-là, les foules qui venaient se faire baptiser par Jean lui demandaient : « Que devons-nous faire ? » Jean leur répondait : « Celui qui a deux vêtements, qu'il partage avec celui qui n'en a pas ; et celui qui a de quoi manger, qu'il fasse de même ! » Des publicains (c'est-à-dire des collecteurs d'impôts) vinrent aussi pour être baptisés ; ils lui dirent : « Maître, que devons-nous faire ? » Il leur répondit : « N'exigez rien de plus que ce qui vous est fixé. » Des soldats lui demandèrent à leur tour : « Et nous, que devons-nous faire ? » Il leur répondit : « Ne faites violence à personne, n'accusez personne à tort ; et contentez-vous de votre solde. » Or le peuple était en attente, et tous se demandaient en eux-mêmes si Jean n'était pas le Christ. Jean s'adressa alors à tous : « Moi, je vous baptise avec de l'eau ; mais il vient, celui qui est plus fort que moi. Je ne suis pas digne de dénouer la courroie de ses sandales. Lui vous baptisera dans l'Esprit Saint et le feu. Il tient à la main la pelle à vanner pour nettoyer son aire à battre le blé, et il amassera le grain dans son grenier ; quant à la paille, il la brûlera au feu qui ne s'éteint pas. » Par beaucoup d'autres exhortations encore, il annonçait au peuple la Bonne Nouvelle. – Acclamons la Parole de Dieu. Textes liturgiques © AELF, Paris



15 décembre 2024

ACTIVITÉ POUR LA FAMILLE

Des photophores pour Noël



Retrouver les explications du bricolage sur notre page Pinterest : <https://bit.ly/3cV7nRX>



Vous pouvez y accéder en allant sur notre site www.apelfr et en cliquant sur l'icône *Pinterest* en haut à droite. Puis cliquez sur le tableau « calendrier de l'Avent ».

MÉDITATION ÉVANGÉLIQUE

PRIÈRE
(...) Seigneur, donne-moi Ta divine Douceur, Toi qui as dit : « Bienheureux les doux, ils posséderont la terre », donne-moi de saisir chaque chose avec douceur ; le téléphone et la valise, la plume et le balai, la fourchette et le plat, et surtout la main qui se tend vers moi. (...)
Vierge pleine de grâce, Vierge du Sourire, restaure en moi la divine douceur, apprends-moi à guérir ceux que j'ai blessés, que ta Tendresse fasse surgir sur mes lèvres les paroles qui rétablissent la paix. Amen.
Sœur Emmanuelle (1908-2008)

Ne faire violence à personne : c'est facile à dire, mais ce n'est pas toujours facile à mettre en pratique. On voudrait souvent forcer les autres à faire ce qui nous paraît mieux pour nous et pour eux. Pourtant, au fond, on sait bien que ça ne marche pas, la violence. Quand on le fait souvent mal parce qu'il n'en a pas vraiment envie, parce qu'il n'y croit pas. Si on essayait plutôt la douceur ?
Baptiste Jacomino, directeur de la Stratégie de l'Enseignement catholique de Paris

Se tourner vers le Seigneur

Comme Saint Jean-Baptiste, nous le demande, partageons et prêtons avec un sourire et dans la bonne humeur, ce que nous avons : nos jouets, notre console de jeux, nos livres, notre matériel scolaire... Nous pouvons aussi en faire des dons à une association.

« De temps en temps, baisse les yeux vers ta poitrine, recueille-toi un quart de minute et dis : vous êtes la mon Dieu, je vous aime ! Cela ne te prendra pas plus de temps que cela, et tout ce que tu feras sera bien mieux, ayant un aide et quel aide ! » (Bienheureux Charles de Foucauld)

Faire quelque chose pour les autres

Saint Jean-Baptiste nous demande de nous tourner vers les autres. Nous pouvons accompagner à la messe, des personnes seules, pendant l'Avent, à Noël ou à l'Épiphanie.