

# De l'Avent jusqu'à l'Épiphanie, un temps privilégié pour vivre l'hospitalité « Jésus, sois le bienvenu ! »

L'hospitalité : une réalité à vivre de manière réciproque !

Et si Noël nous révélait la source de cette hospitalité où le monde accueille son Sauveur et simultanément, en Jésus nouveau-né, Dieu accueille toute notre humanité. Aimés inconditionnellement par Jésus, nous sommes invités à ouvrir largement nos cœurs à tous.

## Semaine 1

1<sup>ère</sup> semaine  
de l'Avent  
1<sup>er</sup>-5 décembre

### Accueille toi comme tu es et ouvre grand ta porte !

1 méditation « N'oublie pas de t'aimer »

- S'accueillir : échanger à partir du slogan  et/ ou réaliser ma maison de l'hospitalité et/ou mieux se connaître à partir du jeu "2 vérités, un mensonge"
- Se relier aux autres : créer ma carte relationnelle et repérer les obstacles à l'accueil de l'autre, à l'aide de vidéos autour des préjugés et interprétations erronées

Faire découvrir le texte « Accueillir » de Charles Singer comme un chemin vers Noël

- Clôturer ce temps avec la Parole de Dieu (Isaïe 2, 4) "de la guerre à la paix" et prier.

## Semaine 2

2<sup>ème</sup> semaine  
de l'Avent  
8-12 décembre

### Accueille ceux qui ont besoin de toi !

1 méditation : "Nos différences, une chance pour la rencontre"

- Partager autour de la joie d'aider; ex : quand je me suis dérangé pour quelqu'un
- Réfléchir; quelle posture ajustée pour se faire proche des plus fragiles ?
- 1. l'écoute, au plus près de l'humanité de l'autre : une vidéo touchante sur l'accueil de la personne démunie
- 2. la découverte de l'accueil selon la règle de St Benoît
- 3. la charité prônée par le Pape Léon XIII : "ce n'est pas un geste du haut vers le bas mais une rencontre entre égaux", exhortation Dilexi te, Octobre 2025
- 4. le témoignage d'un saint entièrement tourné vers le service des pauvres  
Pier Giorgio Frassati
- S'approprier la Parole d'Isaïe (11,6-9) "le rêve de Dieu pour les hommes" et prier

## Semaine 3

3<sup>ème</sup> semaine  
de l'Avent  
15-19 décembre

### Accueillons le Sauveur, nous avons besoin de lui !

1 méditation "Sois le Bienvenu Jésus, dans ta douceur et ton humilité"

- récit du conte Le Prince de la Paix de Jean Debruynne
- réflexion autour de Jésus nouveau-né, qui se remet entre nos mains, qu'est-ce que cela révèle de Dieu ?
- témoignage vidéo : J'ai rencontré Dieu lors de mon parcours scolaire
- contemplation guidée autour du récit de la Nativité

1 prière : Seigneur, à moi aussi tu rends visite aujourd'hui !

## Semaine 4

Épiphanie  
5-9 janvier

### Comme les Mages venus de loin, mets toi en marche !

1 passage biblique à méditer Épiphanie (Mt 2, 1-12)

1 prière : "partager la joie de ma découverte"

- temps d'intériorité
- écriture de vœux à partager, dans des étoiles
- offrir une galette des rois dans le lieu rendu plus hospitalier

## Introduction

À Noël, nous fêtons Dieu venu en notre monde.

Le temps de l'Avent et le temps de Noël sont l'occasion d'approfondir la dynamique de l'hospitalité et de la vivre davantage, jusqu'à l'accueil de Jésus en nous.

- ★ hospitalité envers soi-même
- ★ hospitalité envers ceux que l'on côtoie
- ★ hospitalité envers les plus fragiles

À travers l'accueil des autres, j'apprends à dire « Jésus, sois le bienvenu ! » et je fais l'expérience de la rencontre avec Dieu, qui inlassablement dit à chacun « bienvenue ».

## Vous avez dit Hospitalité ?

Ce mot vient de *hospes* dont le sens premier est l'hôte qui accueille et aussi celui qui reçoit hospitalité. Il va finalement en venir à désigner le voyageur de passage, l'étranger. *Hospes* donnera hospitalité, hospitalier, à la dimension bienveillante, spécialement vis à vis des malades.

## Comment mettre en œuvre ces ressources proposées ?

**AU PREALABLE :** Prendre connaissance de la **méditation** qui ouvre chaque semaine. Toutes ont été écrites pour nourrir l'animateur et le guider dans les différentes activités proposées.

Ce document ressource suppose un temps d'appropriation & de choix.

- Cheminer semaine par semaine en opérant des choix. On peut enrichir la proposition avec ses propres idées et l'adapter à son établissement.
- Ces propositions d'Avent pourront également être utilisées ultérieurement, selon vos besoins.
- Préparer\* la célébration de l'Avent ou de Noël en utilisant les ressources de ce document :
  - ★ un texte d'Évangile ou un récit Biblique,
  - ★ une méditation, un conte, un choix de chant, une vidéo inspirante, une activité créative...

\*Utiliser la trame de célébration disponible sur InfoDDEC :

<https://infoddecenseignant.ec44.fr/fiche-outil-preparer-une-celebration-de-la-parole-1d-2/>

Merci aux APS des bassins Erdre et Loire et Mée pour leurs contributions ainsi qu'à Véronique, chargée des Arts et de la culture à la DDEC.

**ASTUCE :** Profiter de l'Avent pour rendre plus hospitalier le local pastoral ou un autre endroit de l'établissement qui manque de chaleur : affichage de phrases positives, de citations autour de l'hospitalité (cf. annexes), de rêves pour ce temps de Noël, de kifs partagés...

**ACTION SOLIDAIRE :** Proposer de soutenir une association solidaire de proximité au service de l'hospitalité. Exemple : L'association **Maison Jeunes Migrants**, association nantaise fondée en novembre 2024 pour venir en aide aux jeunes mineurs non accompagnés ; leur offrir un hébergement, répondre à leurs besoins alimentaires, les accompagner scolairement et de favoriser leur intégration sociale, scolaire et professionnelle. Ainsi, l'association a ouvert en juin à St Herblain sa première maison et y accueille 4 jeunes mineurs non accompagnés. + d'infos : [maison.jeunes.migrants@gmail.com](mailto:maison.jeunes.migrants@gmail.com)

**RESSOURCE COMPLÉMENTAIRE :** la proposition du Service de Catéchèse du diocèse



N'hésitez pas à consulter le site :  
<https://noelesperance.diocese44.fr/>



### Accueille toi comme tu es et ouvre grand ta porte !

#### 1 méditation « N'oublie pas de t'aimer »

- S'accueillir : échanger à partir du slogan  et/ ou réaliser ma maison de l'hospitalité et/ou mieux se connaître à partir du jeu "2 vérités, un mensonge"
  - Se relier aux autres : créer ma carte relationnelle et repérer les obstacles à l'accueil de l'autre, à l'aide de vidéos autour des préjugés et interprétations erronées
- Faire découvrir le texte « Accueillir » de Charles Singer comme un chemin vers Noël
- Clôturer ce temps avec la Parole de Dieu (Isaïe 2, 4) "de la guerre à la paix" et prier.

### Méditation « N'oublie pas de t'aimer »

« De leurs épées, ils forgeront des socs, et de leurs lances, des faucilles. Jamais nation contre nation ne lèvera l'épée ; ils n'apprendront plus la guerre. » (Is 2,4 – texte du 1er dimanche de l'Avent).

En ce premier dimanche de l'Avent, comment ne pas rester rêveur devant la perspective présentée par le prophète Isaïe... Plus de guerre ? Est-ce vraiment possible ? Que pouvons-nous faire concrètement pour nous préparer à recevoir le don de la Paix chantée par les anges à Noël ?

Un penseur français a dit récemment : « Il n'est pas de paix possible entre des gens qui n'ont pas fait la paix dans leur propre cœur. » Et comment faire la paix dans son propre cœur sans commencer par s'accueillir, en profondeur ? S'accueillir, consentir de bon cœur à celle ou celui que je suis, corps, âme, esprit... Tout un programme, et pas toujours simple.

Et si je profitais de cette première semaine d'Avent pour faire un petit pas de plus sur ce chemin ?

S'accueillir, c'est d'abord savoir reconnaître tout ce qu'il y a en moi de bon, de beau. Quelles sont mes qualités – j'en ai forcément ?

Comment est-ce que j'ose partager mes talents pour en faire profiter les personnes de mon entourage ?

Comment je m'émerveille de mon corps (mon visage - unique au monde ! - , mes mains qui me permettent de faire tant de choses, mes pieds qui me portent, mes poumons qui donnent à mon organisme l'air dont il a besoin, etc.) ?

S'accueillir, c'est aussi savoir accepter tout ce qui se passe en moi : mes joies, mes rêves, mes désirs, mes peines, mes colères aussi, mes moments de découragement ou de fatigue... Tout cela me parle de ce qui compte vraiment pour moi.

Comment est-ce que je me mets à l'écoute de ce monde foisonnant pour mieux me comprendre et orienter ma vie vers ce qui a vraiment du sens pour moi ?

S'accueillir, c'est enfin savoir être attentif à ses besoins, ses fragilités, ses blessures, avec beaucoup de délicatesse et de tendresse. Comme personne humaine, je suis un être limité. Et c'est une bonne nouvelle ! Ma limite est le lieu où je ne me suffis pas à moi-même, où je peux saisir l'importance de l'autre et lui dire : « J'ai besoin de toi, j'ai besoin que tu existes ».

Comment est-ce que je prends soin de ce qui en moi est plus vulnérable, plus fragile ?

Bon chemin vers Noël !

méditation écrite par Marie-Noël, APS

### S'accueillir :

#### 1. Echange à partir de la formule de l'EC44 « Sois le bienvenu, nous avons besoin de toi »

Distribuer ou projeter la phrase et laisser quelques minutes de réflexion : comment cela me parle ?

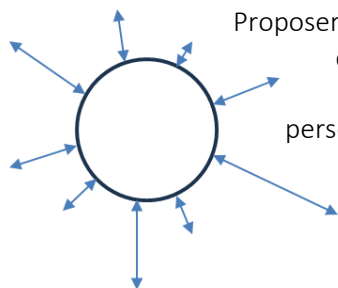
- Est-ce que je me sens accueilli(e) ? Qui m'accueille ? Par qui j'aimerais être accueilli-e ?
- Quels sont mes dons, mes réussites, mes fiertés, mes rêves ?
- Qu'est-ce que j'ai plus de mal à accepter en moi ? Suis-je prêt à accepter mes fragilités ?
- Que puis-je apporter aux autres ?



#### 2. Jouer pour mieux se connaître et s'accueillir :

<https://www.cestquoilebonheur.fr/jeux-faire-connaissance-adultes/>

### 3. Créer ma carte relationnelle : avec qui suis-je facilement en relation, qui j'accueille avec plaisir ?



Proposer de dessiner un schéma des liens tissés. Le jeune se place au centre et inscrit ses différentes relations à distance + ou - grande de lui, selon la proximité et/ou la facilité d'accueil : famille, amis, éducateurs, coachs, animateur, toutes ces personnes dont on a besoin au quotidien (le boulanger, le docteur, le coiffeur...) etc. Commentaires : nous pouvons réaliser que notre vie est dépendante des autres et que l'absence de relation nous dévitalise. La rencontre, le regard de l'autre nous construisent, la vie de la personne humaine est faite de liens.

### 4. Réaliser sa maison de l'hospitalité, d'après une proposition de Nathalie, APS

**Visée** : s'accueillir soi-même et accueillir les autres tels qu'ils sont.



#### Objectifs pédagogiques

- Découvrir que l'hospitalité commence par l'accueil de soi
- Apprendre à s'exprimer et à écouter dans un cadre bienveillant
- Valoriser les différences et les richesses personnelles
- Relier l'expérience vécue à une dimension spirituelle (Dieu accueille chacun tel qu'il est)

**Durée/ matériel nécessaire** : 45 à 60 minutes.

Feuilles A3, feutres, ciseaux, magazines, colle, matériaux de récupération, texte biblique (ici Luc 19,1-10).

#### Déroulement

##### 1/ Accueil et introduction (10 min)

Présentation du thème : donner l'hospitalité, c'est ouvrir sa porte et son cœur. C'est un accueil dans la durée.

Discussion en cercle : « Je me sens accueilli quand... ».

##### 2/ Construction de la Maison (25–30 min)

Par groupes de 3 à 5 jeunes, création d'une maison symbolique où chaque pièce représente un aspect de soi. **Entrée** = ce que je montre, **Salon** = ce que j'aime partager, **Cuisine** = ce que je donne, **Chambre** = ce que je garde, **Jardin** = mes rêves.

##### 3/ Partage et visite des maisons (15 min)

Chaque groupe présente sa maison. Les autres écoutent et posent des questions bienveillantes.

##### 4/ Débrief et lien spirituel (10 min)

Discussion : Qu'ai-je découvert ? Qu'est-ce qui aide ou empêche l'accueil ?

Comment Dieu nous accueille-t-il ? Découvrons un épisode de l'évangile.

Lecture du récit de Zachée (Lc 19, 1-10) Jésus va au-devant de Zachée et se moque des préjugés en acceptant que Zachée lui ouvre sa maison. Jésus accueille Zachée tel qu'il est.

Clôture possible par une courte prière : « A l'image de Zachée, Seigneur, aide-nous à ouvrir nos portes et nos cœurs à ceux qui nous entourent. »

#### Conseils d'animation

- Créer un climat de confiance : rien n'est obligatoire à dire.
- Chaque jeune est invité à créer sa maison personnelle mais on peut commencer par une version collective de la maison pour les groupes timides.
- Terminer sur une note d'espérance et de gratitude

## 5. Repérer les obstacles à l'accueil de l'autre

- ★ Lancer l'échange avec une vidéo :
  - [Snacks Attack](#) : sur les préjugés, les interprétations erronées, qui font obstacle à l'hospitalité
  - [Je suis donc tu es](#) : sur la nécessité de se décentrer pour accueillir l'autre au quotidien, de pratiquer la douceur dans les relations
- ★ Découvrir le texte « Accueillir » de Charles Singer :

Accueillir est un dérangement car celui qui vient casse nos habitudes et nous oblige à déplacer les meubles pour qu'il y ait de la place et à décorer la maison en signe d'attente.

Accueillir est une disposition du cœur car il faut écouter et regarder en premier celui qui vient.

Accueillir est une disponibilité car il faut s'occuper en premier de celui qui vient et le servir.

Accueillir est une fête.

## Accueillir la Parole de Dieu et prier :

- ★ Préparation : Quelles guerres marquent notre actualité en ce moment ? Proposer aux jeunes d'effectuer une recherche de photos dans les journaux. Les coller sur un panneau.  
Ecrire à part sur une feuille, en grand, la phrase biblique : « De leurs épées, ils forgeront des socs, et de leurs lances, des faucilles. Jamais nation contre nation ne lèvera l'épée ; ils n'apprendront plus la guerre. » Is 2,4 (texte lu le 1<sup>er</sup> dimanche de l'Avent).
- ★ Introduire la séance : Regarder ensemble et commenter le panneau.
- ★ Annoncer : le 1<sup>er</sup> dimanche de l'Avent, une phrase étonnante a été lue : « De leurs épées, ils forgeront des socs, et de leurs lances, des faucilles. Jamais nation contre nation ne lèvera l'épée ; ils n'apprendront plus la guerre. »  
Coller cette phrase au milieu du panneau de photos.
- ★ Dire qui est en l'auteur : un prophète de l'Ancien Testament, Isaïe (un prophète = pro-phetas, celui qui « parle au nom de Dieu »). Isaïe annonce que « Quelqu'un » va venir, un Sauveur, qui accomplira les promesses que Dieu a faites à son peuple.
- ★ Interroger : qu'est-ce qui est annoncé concernant les hommes de manière imagée ? Des armes de guerre deviennent des outils pour cultiver la terre : Isaïe dit qu'un monde de justice et de paix va advenir.
- ★ Apporter une représentation de colombe. Dire : Accueillons la paix à Dieu, d'abord en nous-mêmes...  
Alors, nous pourrions en vivre et la propager autour de nous.
- ★ Dire ensemble lentement :  
  
Dieu n'a pas d'autres mains.  
Dieu n'a pas d'autres mains que nos mains pour faire le bien.  
Dieu n'a pas d'autres yeux que nos yeux pour regarder avec amitié.  
Dieu n'a pas d'autre bouche que notre bouche pour dire les paroles de la réconciliation.  
Dieu n'a pas d'autres oreilles que nos oreilles pour écouter les plaintes.  
Dieu n'a pas d'autres apôtres que nous pour donner son royaume aux hommes d'aujourd'hui.
- ★ Conclure en proposant de dire un Notre Père.



### Accueille ceux qui ont besoin de toi !

#### 1 méditation "l'Avent, quelle posture ajustée pour se faire proche des plus fragiles"

- Partager autour de la joie d'aider; ex : quand je me suis dérangé pour quelqu'un
- Quelle posture ajustée pour se faire proche des plus fragiles :
  1. l'écoute, au plus près de l'humanité de l'autre : une vidéo touchante sur l'accueil de la personne démunie [Respecter celui qu'on aide](#)
  2. l'attitude prônée par notre Pape Léon XXIII : "ce n'est pas un geste du haut vers le bas mais une rencontre entre égaux", exhortation Dilexi-te
  3. la charité vécue comme une priorité : se tourner vers le plus pauvres avec [Pier Giorgio Frassati](#)
- Laisser résonner la Parole d'Isaïe (11,6-9) "le rêve de Dieu pour les hommes", et proposer aux jeunes de la mimer.

### Méditation : nos différences, une chance pour la rencontre

« Le loup habitera avec l'agneau, le léopard se couchera près du chevreau, le veau et le lionceau seront nourris ensemble, un petit garçon les conduira. La vache et l'ourse auront même pâture, leurs petits auront même gîte. » (Isaïe 11, 6-7 – Texte du 2<sup>e</sup> dimanche de l'Avent)

Nous l'avons vu au cours de la première semaine : s'accueillir soi-même n'est pas toujours chose facile.

Mais si on prend au sérieux la première lecture de ce dimanche, il y a plus difficile encore : l'accueil de l'autre. Un agneau, habiter avec un loup ? Et un chevreau, près d'un léopard ? Il y a de quoi frémir : ne vont-ils pas se faire dévorer ?

Et pourtant... Un proverbe africain dit que chacun a besoin de l'autre pour se révéler. Si l'accueil de l'autre est un véritable défi, il ouvre des perspectives de croissance humaine considérables ! En cette deuxième semaine, comment est-ce que je peux faire grandir ma capacité d'accueil de l'autre ?

Accueillir l'autre, c'est peut-être commencer par porter mon attention sur ce qu'il a de commun avec moi. Nous sommes tous les deux des êtres humains, des personnes, corps, âme et esprit. Nous avons tous les deux les mêmes besoins fondamentaux : sécurité, toit, nourriture, boisson, repos, respect, attention, affection, beauté, et tant d'autres... Nous sommes tous les deux à la recherche du bonheur, même si les chemins choisis pour l'atteindre sont différents, parfois divergents. Tant de commun n'est-il pas propice à ouvrir une vraie rencontre ?

Accueillir l'autre, c'est également lui laisser l'espace d'être ce qu'il ou elle est, dans toute sa singularité. Cela bouscule, cela dérange parfois, mais l'autre dans ce qu'il a d'unique et d'original vient élargir mon horizon. Comment est-ce que j'apprends à m'émerveiller de tant de nouvelles manières de ressentir, de penser, d'agir, de s'exprimer ?

Enfin, accueillir l'autre implique de découvrir précisément dans nos singularités la source et le sens profonds de notre rencontre. Puisque nous n'avons pas les mêmes limites, les mêmes talents, les mêmes forces, alors l'échange est possible. L'autre en tant qu'autre m'invite à entrer dans la dynamique propre de la relation : donner et recevoir. Comment est-ce que j'accepte, joyeusement et simplement, de mettre ce qui m'est propre au service de l'autre ? Et – plus difficile parfois... – comment est-ce que j'accepte, joyeusement et simplement, de laisser l'autre mettre à mon service ce qui lui est propre ? N'est-ce pas ainsi que nous pourrions grandir chacun sur son propre chemin d'humanité ?

Bon chemin vers Noël !

méditation écrite par Marie-Noël, APS

### Partage d'expériences :

1. Un moment où moi-même ou ma famille nous nous sommes « gênés » pour faire de la place à un autre, dans un moment de la vie quotidienne. Ce que cela a produit, ce que j'ai ressenti ?
2. Au sein de l'établissement, quelles sont les fragilités, les difficultés, éprouvées par les uns, les autres : fragilité scolaire, isolement social, comportements méprisants, phobie scolaire, maladie, handicap ... ? Comment puis-je me mettre au service des autres ? Dans quelle proposition existante puis-je m'engager ?
3. Avec des élèves qui préparent un métier d'aide à la personne, échanger sur ce qu'est accueillir une personne dans tout ce qu'elle est, les défis, les obstacles, les conversions nécessaires...

### Une posture à cultiver ?

1. **S'adapter à l'humanité de l'autre** : regarder un extrait de film de Robert Guédiguian [Respecter celui qu'on aide](#) sur l'accueil de personnes démunies et échanger
2. **Accueillir l'autre comme Dieu**, selon la règle de Saint Benoît (530)  
Lire l'extrait du chapitre 53 de la règle ci-dessous et mettre en valeur ce qui est dit de l'accueilli, des accueillants et de Dieu, avec des surligneurs.

« A l'arrivée, la communauté accueille les hôtes :

C'est pourquoi, dès qu'on annonce l'arrivée d'un hôte, le supérieur et les frères vont à sa rencontre avec tout l'honneur que l'amour inspire.

Ils commencent par prier ensemble. Puis ils se donnent la paix.

On donne ce baiser de paix seulement après la prière (...)

Dans les salutations, on montre tous les signes de l'humilité à tous les hôtes qui arrivent ou qui partent.

On courbe la tête ou bien on se prosterne à terre pour adorer en eux le Christ qu'on reçoit.

Après cet accueil, on conduit les hôtes à la prière. Puis le supérieur ou le frère qu'il envoie s'assoit avec eux. On lit la loi de Dieu devant l'hôte, pour lui faire du bien. Ensuite, on lui donne toutes les marques de l'hospitalité. (...) L'abbé verse de l'eau sur les mains des hôtes. Avec toute la communauté, l'abbé lave les pieds de tous les hôtes. Après le lavement des pieds, on dit ce verset : « Dieu, nous avons reçu ta tendresse dans ta sainte maison » (Ps 47,10).

On reçoit les pauvres et les étrangers avec le plus grand soin et la plus grande attention. En effet, c'est surtout à travers eux qu'on reçoit le Christ. Les riches, on les craint, alors on les respecte toujours. »

3. **Découvrir la pensée de Léon XIII**, dans des extraits de l'exhortation *Dilexi te* :  
"Sur les visages blessés des pauvres, nous trouvons imprimée la souffrance des innocents et, par conséquent, la souffrance du Christ lui-même"  
"Servir les pauvres n'est pas un geste à faire « du haut vers le bas », mais une rencontre entre égaux...  
C'est donc en se penchant pour prendre soin des pauvres que l'Église assume sa posture la plus élevée."
4. **Faire connaître le jeune Saint Pier Georgio Frassatti**, en vidéo [Pier Georgio Frassati](#)

Accueillir la Parole de Dieu et prier :

- ★ Introduire : Isaïe nous partage le rêve de Dieu pour le monde.
- ★ Proclamer une première fois le texte ci-dessous, sans que les jeunes aient le support visuel.
- ★ Distribuer le texte, le lire pour soi-même puis échanger en relevant les invraisemblances voulues. Que suggèrent-elles ? Quelle nouveauté est annoncée ?
- ★ Conclure : C'est ce Royaume de Paix que Jésus vient annoncer et inaugurer par sa naissance ! Proposer différentes manières de rendre vivant ce récit : le mime, le dessin, le théâtre...

« Le loup habitera avec l'agneau, le léopard se couchera près du chevreau, le veau et le lionceau seront nourris ensemble, un petit garçon les conduira. La vache et l'ourse auront même pâture, leurs petits auront même gîte. Le lion, comme le bœuf, mangera du fourrage. Le nourrisson s'amusera sur le nid du cobra ; sur le trou de la vipère, l'enfant étendra la main. Il n'y aura plus de mal ni de corruption sur toute ma montagne sainte ; car la connaissance du Seigneur remplira le pays comme les eaux recouvrent le fond de la mer. Isaïe 11, 1-9 (AELF)



### **Accueillons le Sauveur, nous avons besoin de lui !**

#### **1 méditation** "Sois le Bienvenu Jésus, dans ta douceur et ton humilité"

- récit du conte *Le Prince de la Paix* de Jean Debruynne
- réflexion autour de Jésus nouveau-né, qui se remet entre nos mains, qu'est-ce que cela révèle de Dieu ?
- témoignage vidéo : J'ai rencontré Dieu lors de mon parcours scolaire
- contemplation guidée autour du récit de la Nativité

#### **1 prière** : Seigneur, à moi aussi tu rends visite aujourd'hui !

### **Méditation : Sois le Bienvenu Jésus, dans ta douceur et ton humilité !**

« Fortifiez les mains défaillantes, affermissez les genoux qui fléchissent, dites aux gens qui s'affolent : « Soyez forts, ne craignez pas. Voici votre Dieu : c'est la vengeance qui vient, la revanche de Dieu. Il vient lui-même et va vous sauver. » (Isaïe 35, 3-4 – Texte du 3e dimanche de l'Avent).

Dans le calendrier chrétien, Noël est la fête où nous sommes invités à accueillir Jésus, le Christ, « Dieu avec nous ». S'accueillir soi-même... accueillir l'autre... et maintenant, accueillir Dieu ? Vraiment, il y a de quoi avoir « les mains défaillantes », « les genoux qui fléchissent » ! Accueillir Dieu ? Mais comment ? Pourquoi ? Est-ce une menace ou une chance ?

A Noël, Dieu vient à nous dans la douceur et l'humilité. Qui a peur d'un nouveau-né ? Fragile, confiant, totalement dépendant, ce tout-petit qui vient de naître attire plutôt attention, affection, attendrissement. En Jésus, Dieu cherche à nous « prendre par le cœur », selon la belle expression de Ste Thérèse de l'Enfant-Jésus, et non à s'imposer par la force. Comment est-ce que je me laisse toucher par sa douceur pour l'accueillir avec joie au cœur de ma vie ?

A Noël, Dieu vient à nous dans la gratuité et la bonté. Jésus, qui se présentera comme « le pain de vie », reçoit pour premier berceau une mangeoire. Depuis le commencement, sa vie est donnée, offerte, une vie-pour-les-autres. Il se livre à toute personne qui vient en ce monde. Comment est-ce que je me laisse toucher par sa bonté pour m'ouvrir avec joie à ce don ?

A Noël, Dieu vient pour nous sauver, pour me sauver. Le bonheur de la personne n'est-il pas à chercher fondamentalement du côté de l'amour ? Aimer, être aimé, accueillir et donner : n'est-ce pas ce à quoi chaque être humain aspire ? Et pourtant, n'est-ce pas le lieu de nos blessures les plus profondes ? Dieu est Amour, Il n'est que cela et Lui seul l'est en plénitude. En Jésus, Il vient aimer chaque membre de l'humanité blessée. En Jésus, Il vient restaurer en nous, en moi, la capacité d'aimer. Il vient guérir, apaiser, réconcilier. Je suis si souvent recroquevillé dans mes prisons intérieures, mes fermetures... Comment est-ce que je reconnais ces blessures d'amour pour les présenter avec joie à Celui qui seul peut m'en délivrer ?

A Noël, Dieu, en Jésus, frappe à la porte de mon cœur... Si cette année, à travers les petits pas que j'aurai faits pour accueillir mon être, les autres, et le Tout-Autre, je peux Lui dire joyeusement : « Sois le bienvenu, j'ai besoin de toi ! », nul doute qu'il viendra faire en moi son œuvre de salut. Et ainsi se réalisera pour moi le chant des anges qui retentit dans la nuit : « Gloire à Dieu au plus haut des cieux, et paix sur la terre aux hommes qu'Il aime ! »

Bon chemin vers Noël !

méditation écrite par Marie-Noël, APS

## Réflexion : Jésus, un nouveau-né !

1. Raconter le Prince de la Paix, de Jean Debruyne, mimé, ou raconté avec un support vidéo, [visuel](#).

Tout le village l'appelle le Prince. Il est le plus grand, il est le plus fort. Tout le monde parle du Prince dans le village. Les papas, les mamans, les enfants qui tirent leur luge. Ce n'est pas un prince avec une couronne. C'est un Prince parce qu'il est le plus fort. Devant tout le monde, il montre sa force et rit très fort.

Mais quand le Prince est tout seul, il pleure. Il est triste parce que ses poings sont fermés. Il ne peut jamais ouvrir ses poings qui restent fermés comme des cailloux. Avec ses poings toujours fermés, le Prince ne peut pas donner la main, il ne peut pas faire de la peinture ni offrir un cadeau. Avec ses poings fermés, il tape, il frappe, il cogne sur les murs, sur les volets comme les grands coups de vent.

Cette nuit-là, quelqu'un arrive en courant, tout essoufflé : Venez ! Venez, tous ! Venez vite ! Je vous annonce une bonne nouvelle ! Le Prince de la Paix vient d'arriver !

Cette nuit-là, le Prince lui aussi apprend la nouvelle : Comment, dit le Prince, le Prince ici, c'est Moi ! Et voilà qu'il se sauve avec ses poings fermés.

Tout le village s'est levé, tout le village est sorti, tout le village se met en marche. Là-bas, une petite maison est allumée sous la neige. C'est une toute petite maison de rien du tout. Un petit enfant est là. Chut ! Un nouveau-né. Il dort. Il est si petit. C'est le Prince de la Paix ! Tout le village applaudit, rit et chante.

En roulant ses grosses épaules, le Prince, lui aussi, arrive. Il tient ses deux poings fermés. Il s'en sert pour se faire un passage. Tout le monde s'écarte devant lui, il n'y a plus personne entre lui et l'enfant. Le Prince est encore plus grand, et l'enfant encore plus petit. Un prince, ce petit bout de bébé ! Allons donc, il est bien trop petit ! Un prince, c'est fort et grand. Ici, c'est moi qui suis le plus grand et le plus fort. Mais en même temps, le Prince se rappelle ses poings fermés. Et il est tout triste à l'intérieur de lui. L'enfant le voit, l'enfant lui sourit, l'enfant ouvre ses mains.

Et voilà que d'un seul coup...les poings fermés du Prince se desserrent. Ils s'ouvrent comme des fleurs ! Voilà le prince, avec ses deux grandes mains ouvertes, deux mains toutes chaudes, toutes neuves, deux mains ouvertes pour donner la main, deux mains ouvertes pour partager les cadeaux, pour ouvrir la porte et les volets, pour peindre les couleurs... Deux mains pour aimer.

Alors le Prince pleure parce qu'il est heureux et il se met à chanter :

C'est vrai, c'est Toi le Prince. Toi, le petit enfant qui m'a rendu heureux. Et il se met à danser avec ses mains toutes neuves, avec son cœur tout neuf !

Jean Debruyne

2. Lancer un échange à partir des personnages et du récit  
Réfléchir autour de Jésus nouveau-né, qui se remet entre nos mains, qu'est-ce que cela révèle de Dieu ?
3. Dans quels autres lieux, faisons-nous l'expérience d'un Dieu qui se révèle à nous ?  
Témoignage vidéo : [J'ai rencontré Dieu lors de mon parcours scolaire](#)

## Contempler la Nativité

1. **Prendre un temps de prière guidée**, proposition élaborée par Maxime, APS

Les différents participants, élèves comme adultes, peuvent avoir un temps de rencontre personnelle avec Jésus, pour se rendre compte de la présence de Dieu en nous, autour de nous et à travers nous. Et accueillir ce petit bébé, qui est venu pour les sauver personnellement.

Durée : 30 minutes maximum avec 20 minutes de prière et 10 minutes maximum d'explication.

★ Texte biblique

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 emmailloté et couché dans une mangeoire. »  
Et soudain, il y eut avec l'ange une troupe céleste innombrable, qui louait Dieu en disant :  
« Gloire à Dieu au plus haut des cieux, et paix sur la terre aux hommes, qu'Il aime. »  
Lorsque les anges eurent quitté les bergers pour le ciel, ceux-ci se disaient entre eux : « Allons jusqu'à Bethléem pour voir ce qui est arrivé, l'événement que le Seigneur nous a fait connaître. »  
Ils se hâtèrent d'y aller, et ils découvrirent Marie et Joseph, avec le nouveau-né couché dans la mangeoire.  
Après avoir vu, ils racontèrent ce qui leur avait été annoncé au sujet de cet enfant.  
Et tous ceux qui entendirent s'étonnaient de ce que leur racontaient les bergers.  
Marie, cependant, retenait tous ces événements et les méditait dans son cœur.  
Les bergers repartirent ; ils glorifiaient et louaient Dieu pour tout ce qu'ils avaient entendu et vu, selon ce qui leur avait été annoncé.

Evangelie de Saint Luc, 2, 1-20

## Déroulement

On peut prendre un chant à l'Esprit-Saint pour aider à se mettre en prière. Lire le texte entier (Lc 2, 1-20)

-  Demander la grâce de découvrir l'Amour de Dieu qui s'est fait Homme pour moi. Vous pouvez formuler cette demande au Seigneur avec vos propres mots.
-  Guider la prière en leur demandant d'imaginer les différents moments du texte :
  - ★ Imaginez Marie et Joseph qui arrivent à Bethléem. A quoi ressemble Marie qui est enceinte de 9 mois ? Comment est-ce qu'ils voyagent, à pied, sur un âne ?
  - ★ Imaginez la grotte trouvée par le couple, comment-est-elle ? Est-ce qu'elle est grande ? Comment est la paille ? Est-ce qu'il y a des animaux avec eux ? Quelles odeurs il y a ?
  - ★ Imaginez Marie qui commence à accoucher, ses cris sous l'effort et la douleur ? Imaginez Joseph qui l'encourage ? Puis le silence au moment de la naissance de Jésus, son premier cri.
  - ★ Voir la joie de ses parents, le visage de Marie, fatiguée mais heureuse, la joie de Joseph.
  - ★ Puis passer du temps à contempler ce bébé, voir son visage, son sourire. Ce Jésus qui est dans les bras de Marie et Joseph est le même Dieu qui a créé l'Univers. Ce bébé, est descendu sur Terre pour toi, il te connaît, il te regarde même. Il est ton Dieu, il t'attend, il s'est fait petit bébé pour que toi aussi, tu puisses l'accueillir. Accueillir cette joie.

- ★ Voir les bergers, qui arrivent avec tous les moutons, voir l'animation dans cette grotte. Voir la surprise de Marie et Joseph face à cet événement inattendu. L'émerveillement des bergers, face au spectacle de la crèche.
- ★ Comment les bergers et les parents interagissent ? De quoi est-ce qu'ils parlent ? Est-ce que Jésus est dans les bras de Marie, de Joseph ou d'un des bergers ?



Prendre un temps (≈ 3-4 minutes) d'échange avec le Seigneur

Lui dire ce qui m'a touché pendant ce temps, ce qui m'a marqué, interrogé ? C'est aussi un temps pour entendre les réponses du Seigneur, qu'est-ce qu'il a à me dire ?

Ici, on peut insister sur le fait de parler au Seigneur simplement comme on parlerait à un ami.



Finir la prière tous ensemble avec un Notre Père



Donner aux participants, l'occasion de mettre par écrit ce qui les a touchés, interpellés, marqués, pour qu'ils puissent garder ce papier et le relire le jour de Noël.

## 2. Ou proposer un partage biblique, à partir de l'évangile de Saint Luc, 2, 1-20

Qu'est-ce que ce texte me révèle de l'accueil de Jésus à la crèche ?

Quelques aspects :

Des conditions d'accueil difficiles.

Des parents qui s'adaptent. Ce qui domine : la joie d'accueillir cet enfant, de manière inconditionnelle.

Accueil d'un bébé mais il est appelé « Sauveur », « Christ », « Seigneur ». Jésus : homme et Dieu.

Les bergers accueillent l'ange, reçoivent une « nouvelle énorme et la croient ! Il y a une grâce de l'accueil. Jésus est accueilli en premier par des « petits », des hommes assez méprisés en son temps

### Prier auprès de la crèche

#### Préparer sa maison, ses lieux de vie, à la venue de Jésus

Seigneur Tout-Puissant, Tu es l'auteur de toute vie.

En cette période d'Avent,

Aide-nous à préparer nos maisons,

Non seulement avec des décorations,

Mais surtout avec des gestes d'amour et des paroles de paix.

Fais de chaque pièce un espace où ta lumière peut briller,

Et de chaque coin un refuge pour la joie et l'espérance.

Seigneur, apprends-nous à cultiver la patience et la générosité,

À accueillir les autres comme toi tu nous accueilles.

Que nos maisons et nos classes soient des lieux ouverts,

Prêts à recevoir ceux qui ont besoin

De chaleur, de réconfort et d'amitié.

Seigneur, guide nos pas dans ces jours d'attente,

Pour que nous ne perdions pas de vue l'essentiel :

Ta venue parmi nous, pour nous sauver et nous aimer. Amen

#### Seigneur, À moi aussi tu rends visite aujourd'hui.

Oui, Seigneur,

Je t'attends,

Je t'ouvre ma porte.

Je fais de mon cœur un berceau

Pour ton amour.

Et je peux alors à mon tour

Être porteur de vie pour tous ceux qui m'entourent.

**Semaine 4**

Épiphanie

5-9 janvier

**Comme les Mages venus de loin, mets toi en marche !**

**1 passage biblique** Épiphanie (Mt 2, 1-12)

**1 prière : "partager la joie de ma découverte"**

- temps d'intériorité
- écriture de vœux à partager, dans des étoiles
- offrir une galette des rois dans le lieu rendu plus hospitalier

**Passage biblique**

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'aie, 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.

Matthieu 2, 1-12

Lecture ou écoute du récit de la Nativité ou seulement le récit de la visite des Mages

<https://www.youtube.com/watch?v=WgU9BZw3uo0>

**Prières**

Ils ont marché longtemps, ils ont marché dans la nuit, Ils ont marché à l'étoile, et dans la crèche ils ont trouvé un enfant de lumière. Oh, Seigneur de lumière, comme les mages, nous te cherchons chaque jour. Pour te trouver, Seigneur, il suffit de suivre l'étoile de la bonté et de la paix. Vois, Seigneur, comme les mages, nous venons de chez nous pour chercher auprès de toi la paix et la joie. Nous venons de partout pour t'entendre nous dire des mots d'amour pour tout le monde. Et toi, Jésus, tu nous reçois tous et tu nous dis : « Me voici, je me donne à vous comme un cadeau pour vous tous ! Servez-vous ! Près de moi, vous trouverez le plus grand bonheur ».

-----

Seigneur, les Rois mages ont vu l'étoile à l'Orient, et ils l'ont suivie, jusqu'à toi, le Christ, né de la lumière. A la crèche les Rois mages t'ont trouvé. Ils sont venus jusqu'à toi, Toi, Dieu venu jusqu'à nous ! Seigneur, fais que je te voie, Seigneur, fais que je te cherche, Seigneur, fais que je te suive.

Fais, Seigneur, qu'en ce temps de ta venue parmi nous, j'aie le regard clair et l'âme pure, pour te reconnaître : Tu es là, présent parmi nous, Tu es ici, demeurant à mes côtés, Maintenant, chaque jour, toujours...Je t'ai trouvé et reconnu en ce temps de Noël. Donne-moi un grand amour, pour repartir le cœur changé comme les Rois mages, afin de partager la joie de ma découverte, dans le monde.

## QUELQUES CHANTS

### Préparez, à travers le désert

Paroles - Musique : Communauté de l'Emmanuel (C. Boet)  
<https://www.youtube.com/watch?v=T1rS4ruWg58>

**R. Préparez, à travers le désert,  
Les chemins du Seigneur.  
Écoutez, veillez, ouvrez vos cœurs,  
Car Il vient, le Sauveur.**

2. Portez à mon peuple la joie,  
Consolez, consolez mes enfants !  
Proclamez le salut de Dieu,  
Le rachat et le pardon des péchés.

3. Voici, le Seigneur vient à nous,  
Et sa gloire en ce monde paraît.  
Sa parole nous est donnée :  
Pour nos pas, elle est lumière à jamais.

4. Élève avec force ta voix !  
Le voici, ton berger, ne crains pas !  
Il rassemble tous ses enfants,  
Les conduit sur les chemins de la vie.

### Bienvenue

Paroles - Musique : S. Brouillet, MEJ  
[https://ec44-my.sharepoint.com/:f/g/personal/cmas\\_ec44\\_fr/Et8Y1aEX1ONEr6jldgCRJ-gBPZtCuNTZ6gNekAOK0fu4tw?e=QhEUry](https://ec44-my.sharepoint.com/:f/g/personal/cmas_ec44_fr/Et8Y1aEX1ONEr6jldgCRJ-gBPZtCuNTZ6gNekAOK0fu4tw?e=QhEUry)

1. Tous en marche sur le même chemin  
Prenons le temps de nous arrêter  
Notre Dieu a besoin de chacun  
Pour accueillir et apprendre à aimer

**R. Bienvenue, Bienvenue  
En route vers un même Dieu  
Ensemble nous marcherons mieux  
Bienvenue, Bienvenue  
Tu es différent de moi  
Je voudrais avancer avec toi.**

2. Que tu sois d'ici ou d'ailleurs  
Tu nous rends riches de tout ton vécu  
En route pour un monde meilleur  
Lève-toi, ne te crois pas perdu  
Prenons le temps de nous accepter  
D'accueillir et apprendre à aimer

3. Que tu sois premier ou dernier  
Ta place est là, au milieu de nous  
En route pour un monde de paix  
Reste libre, ose tes rêves fous  
Prenons le temps de nous engager  
D'accueillir et apprendre à aimer.

### Bienvenue

Paroles - Musique : Benjamin et Thomas Pouzin, Glorious  
<https://www.youtube.com/watch?v=MisEn6a5W0Y>

Ton église élèvera la voix  
**Jésus soit le bienvenu chez Toi**  
Ouvrons grand nos portes au Roi des rois  
**Jésus soit le bienvenu chez Toi**  
Unissant toutes générations  
**Jésus soit le bienvenu chez Toi**

**R. Venez louer louer ! Venez danser danser !  
Dans sa demeure, élevez les mains  
Venez prier prier ! Venez sonner, sonner !  
N'ayez plus peur, élevez les mains**

En ce jour où résonne Ta voix  
**Jésus soit le bienvenu chez Toi**  
Jour béni où tout repose en Toi  
**Jésus soit le bienvenu chez Toi**  
Ta Parole ici s'élèvera  
**Jésus soit le bienvenu chez Toi**

### Rendez-vous sous l'Etoile

Paroles : Carole Devillers

**R. T'as rendez-vous sous l'étoile !  
Laisse-toi porter par le vent.  
T'as rendez-vous sous l'étoile !  
Aux côtés de l'enfant.**

1. J'ai pris mon bâton et mes chaussures,  
j'ai suivi la lumière.  
J'ai choisi un rythme à ma mesure  
sans regarder en arrière.  
J'ai pris la route avec le cœur rempli de doutes,  
mais j'entendais tout bas  
une voix qui disait : « Eh toi ! »

2. J'ai mis dans mon sac toutes mes blessures,  
mes peurs et mes combats.  
Je lui présenterai car j'en suis sûr(e),  
son amour transformera  
le gris, le noir, en un éclat couleur d'espoir.  
Et cette voix me dit :  
« N'aie pas peur de marcher la nuit ! »

3. Je n'ai pas grand-chose à lui offrir,  
ni discours, ni cadeau.  
J'apporterai mes projets d'avenir,  
mes souvenirs les plus beaux,  
ce que je suis, ce que je crois, toute ma vie.  
Et ces offrandes-là,  
aucun trésor ne les vaudra.