

## DIMANCHE Champ libre !

Chacun exprime par un mot, une courte phrase ou un petit dessin ce qui l'a marqué au cours de la messe ou le moment qu'il a préféré.

## UN TEMPS POUR JOUER ENSEMBLE

### Un jeu de mime

L'un de nous sort de la pièce. Les autres inventent une situation générant peur, tristesse, surprise, colère ou joie... Lorsque la personne revient, on lui raconte et elle doit mimer l'émotion correspondant à la situation, seulement avec son visage. Ce sera ensuite le tour d'une deuxième, etc. A la fin du jeu, qui veut peut raconter l'expérience qu'il a eue d'une très grande joie.

## À REGARDER EN FAMILLE

Contemplons les montagnes et leur faune à travers ce beau documentaire : [Un hiver dans les Alpes](#) (ARTE Family) – *disponible jusqu'au 23/03/25.*



Retraite de Carême (année C) proposée par la Pastorale jésuite des familles (Province EOF) et Prie en Chemin.

Illustration : *La Transfiguration de Raphaël, Pinacothèque du Vatican.*

Ressources sur [prieenchemin.org/en-famille](http://prieenchemin.org/en-famille)

Contact : [familles@jesuites.com](mailto:familles@jesuites.com)

Carême  
en famille



Vers  
Dimanche  
prie en chemin

## Vers le 2<sup>ème</sup> Dimanche de Carême

Nous voici sur le chemin du Carême. La semaine passée, nous avons dit vouloir nous laisser conduire par le Seigneur Jésus.

Sa route n'est pas des plus faciles et il en connaît l'issue, Jérusalem, le lieu où il sera condamné. Sa route est encombrée

d'épreuves et de tentations. Mais, nous l'avons vu, Jésus sait résister et poursuivre sa mission. L'Évangile de la Transfiguration manifeste son intimité avec Dieu et nous confirme qu'il est bien le Fils capable de nous conduire à Dieu notre Père. En famille, laissons-nous entraîner par notre Seigneur !



## LUNDI En famille, nous écoutons l'Évangile de Luc 9, 28-36.



Jésus a voulu passer toute la nuit à prier, comme il le fait souvent. Ses trois disciples tombent de sommeil, mais à leur réveil, ils sont témoins de sa prière. Ils aperçoivent le bonheur extraordinaire de Jésus dans son intimité avec Dieu. Ça se lit sur son visage rayonnant de bonheur et de lumière. **Et moi, quand quelqu'un est heureux, est-ce que je sais le voir ? Je peux partager un exemple. Puis chacun prend le temps d'écrire sur un post-it le nom d'une personne qui était tellement heureuse qu'on devinait son bonheur, puis le colle à côté de l'icône. Confions ces personnes à Jésus.**

## MARDI Nous écoutons à nouveau l'Évangile, mais cette fois, il nous est raconté.



Jésus choisit de monter au sommet d'une montagne. C'est peut-être parce qu'on y est plus proche du ciel. Ça nous rapproche de Dieu et on peut mieux le prier. Nous avons entendu Pierre, l'un des amis du Seigneur, dire qu'il aurait voulu rester avec Jésus en prière, tellement il était heureux d'être là. **Et moi, y a-t-il un jour où j'ai été très heureux dans ma prière. Je prends un instant pour m'en rappeler : c'était où et quand ? Pourquoi et comment je me suis senti si bien ? Puis je remercie le Seigneur de m'avoir accordé ce moment.**

## MERCREDI Nous regardons attentivement l'illustration.

Les disciples de Jésus le voient transfiguré devant eux. C'est bien toujours lui mais il leur apparaît tout autrement. L'image, en couverture, le montre-t-elle bien ? Je désigne les autres personnages. Et la voix dans la nuée : pourquoi entend-on cette voix sans voir celui qui parle ? Elle dit qu'il faut écouter Jésus. **Que peut-il me dire à moi aujourd'hui ? Je prends un instant de silence et je l'écoute dans mon cœur.**

## JEUDI Quelqu'un de la famille, enfant ou parent, raconte l'histoire à sa façon. Tout le monde écoute.

Jésus se mit donc à prier mais on ne sait pas comment il priait : debout, à genoux, assis ?... J'essaie de l'imaginer en prière et je prends le temps de l'observer en silence. **Comment je le vois ? Après un temps, je dis aux autres comment je l'ai imaginé. Et moi, comment est-ce que je fais pour prier ? Je dis ce que je préfère.**

## VENDREDI Si besoin, nous réécoutons ensemble l'Évangile raconté.

Puis après un silence, chacun prend la parole tour à tour et l'on s'écoute sans s'interrompre. **Qu'est-ce que j'aime bien dans cette histoire ? Qu'est-ce qui me questionne ? Je dis librement ce que je pense de tout ça. Et puis, chacun dans le silence de son cœur, fait une demande au Seigneur, ce qu'il veut.**

## SAMEDI Nous embellissons notre coin prière.

La semaine dernière, nous avons installé notre « coin prière ». Aujourd'hui, nous pouvons le personnaliser en ajoutant chacun un petit objet (santon, figurine, origami, élément naturel...) qui nous représente auprès de l'icône. Puis nous prenons un instant de silence devant notre « coin prière ». Et chacun, nous pensons à la semaine qui vient de s'écouler : **qu'est-ce qui a été bien ? Qu'est-ce qui a été plus difficile ? Nous pouvons nous le dire chacun, puis ensemble le confier au Seigneur en terminant par la prière du Notre Père.**

### QU'ALLONS-NOUS CHANTER CETTE SEMAINE ?

[Levons les yeux](#) – Communauté de l'Emmanuel.

[Ô mon Dieu, tu es grand](#) – Communauté du Chemin neuf.