

Temps de prière pour et avec les personnes en souffrance
Vendredi 6 mars 2026

En ce début de Carême, écoutons un extrait du message du Pape Léon :

« Bien aimés, demandons la grâce d'un Carême qui rende notre oreille plus attentive à Dieu et aux plus démunis. Demandons la force d'un jeûne qui passe aussi par la langue, afin que diminuent les paroles qui blessent et que grandisse l'espace pour la voix de l'autre. Et faisons en sorte que nos communautés deviennent des lieux où le cri de ceux qui souffrent soit accueilli et où l'écoute engendre des chemins de libération, nous rendant plus prompts et plus diligents à contribuer à l'édification de la civilisation de l'amour. »

Prière Carême CCFD 2026 (du mercredi des Cendres)

Le Carême commence et nous voulons marcher avec toi.

Comme Jésus au désert, aide-nous à faire silence et à regarder notre monde avec ton regard.

Rappelle-nous que nous faisons partie d'une seule et même famille humaine.

Apprends-nous à entendre le cri de celles et ceux qui souffrent de la pauvreté, de la guerre, de l'injustice et de la faim.

Que notre jeûne ouvre des chemins de partage, que notre prière nous relie au peuple du monde et que nos gestes même petits fassent grandir la paix, la justice et la fraternité.

Seigneur, donne-nous la force de vivre ce Carême comme un vrai chemin de solidarité et de transformation.
Amen

Chant :

Dans les petites choses, beaucoup d'amour se pose.

Il suffit de quelques mots qui viennent consoler, car...

Aime ! Aime ! Aime ! Sans te montrer.

Ce que tu fais dans le secret, deviens un morceau de clarté.(bis)

Chaque année, le 1^{er} mars est la Journée Mondiale de Prière (JMP).



La Journée mondiale de la Prière, est un mouvement de prière œcuménique mondial initié par des femmes militantes. Chaque année des femmes chrétiennes d'un continent et d'un pays différents écrivent la célébration.

Cette année, le programme a été rédigé par un groupe œcuménique de femmes chrétiennes du Nigéria en réponse au thème qui lui a été transmis : "Venez ! Je vous donnerai le repos" (Matthieu 11, 28-30). Elles ont réfléchi collectivement à ce thème à partir de leurs propres expériences de femmes chrétiennes et elles espèrent inspirer d'autres femmes dans le monde à s'unir et à prier d'une seule voix.

En faisant confiance à Dieu, lui qui porte notre fardeau, nous devenons un seul corps en Christ, recevant et apportant le repos au monde.

Évangile (Matthieu 11, 28-30)

« Venez à moi, vous tous qui peinez sous le poids du fardeau, et moi je vous donnerai le repos. Prenez sur vous mon joug et mettez-vous à mon école, car je suis doux et humble de cœur, et vous trouverez le repos de vos âmes. Oui, mon joug est facile à porter et mon fardeau léger. »

Éclairage

Les paroles rapportées de Jésus sont prononcées après une série d'enseignements et de miracles en Galilée. Malgré les questions et les doutes émis par divers groupes, Jésus continue d'inviter les gens à concevoir le royaume de Dieu d'une manière nouvelle. Son appel à « venir » et à trouver le repos ne se réfère pas seulement à un soulagement momentané. Il s'agit d'une invitation pour vivre d'une façon nouvelle sa relation avec Dieu. Le concept de « joug » peut nous sembler étrange aujourd'hui. Il s'agit cependant d'une image couramment utilisée dans l'enseignement juif. Le joug symbolisait souvent la loi ou les obligations religieuses. Cependant, Jésus propose un autre type de joug - un joug qui apporte le repos plutôt qu'un fardeau. Ouvrons nos cœurs pour entendre à nouveau l'invitation de Jésus en explorant ce que signifie lui apporter nos fardeaux et trouver un véritable repos pour nos âmes.

Chant :

*Dans les petites choses, beaucoup d'amour se pose.
Il suffit d'avoir des yeux qui savent pardonner, car...
Aime ! Aime ! Aime ! Sans te montrer.
Ce que tu fais dans le secret, deviens un morceau de clarté.(bis)*

Un repos pour chaque fardeau :

Chaque époque a vu son lot de fardeaux en tous genres portés par les êtres humains, chaque fardeau pesant lourdement sur le corps, l'âme et l'esprit. A travers quatre de ces fardeaux, la promesse d'un repos, donnée par Dieu, fait écho aux difficultés les plus intenses de notre époque.

Le fardeau de la honte ou d'une faible estime de soi

Nous sommes nombreuses à porter le lourd fardeau de la honte. Nos sociétés nous jugent souvent sévèrement, nous disant que nous n'excillons pas suffisamment, en tant qu'étudiantes, parentes ou croyantes. Cette honte pèse sur nous et nous empêche de trouver le repos auquel notre âme aspire. La Bible nous rappelle qu'au commencement, Dieu « vit tout ce qu'il avait fait », y compris l'humanité, et le qualifia de « très bon » (Genèse 1, 31). Notre valeur ne vient pas de ce que les autres pensent mais de l'amour de notre Créateur.

Notre foi nous libère, nous permettant d'embrasser notre identité d'enfants bien-aimés de Dieu.

Le fardeau de l'oppression systémique

Dans le monde d'aujourd'hui, nombreux sont celles et ceux qui sont confrontés au poids écrasant de l'oppression systémique à cause des structures sociales, économiques et politiques injustes qui marginalisent sans relâche certains groupes. Ce fardeau prive les gens de leur dignité, de leur capacité d'action et de leur possibilité de s'épanouir. Qu'il s'agisse de l'héritage du colonialisme, de l'exploitation des pauvres ou de l'oppression des minorités religieuses et ethniques, ces systèmes déshumanisants peuvent donner l'impression qu'il est impossible de trouver repos authentique et libération.

En tenant compte de l'invitation de Dieu à « venir » et à trouver le repos, nous participons à l'œuvre collective de construction d'un monde plus équitable, où nous pourrions ensemble véritablement nous reposer.

Le fardeau de la persécution religieuse

Dans Matthieu 5, 44, Jésus dit « Aimez vos ennemis et priez pour ceux qui vous persécutent », ce qui évoque le lourd fardeau porté par toutes les personnes confrontées à la persécution à cause de leur foi, de leur appartenance ethnique ou de tout autre composante de leur identité. Dans un monde qui marginalise et opprime souvent les personnes considérées comme "différentes", ces enseignements sont un appel radical à répondre par la compassion plutôt que par des représailles. La voie de l'amour tracée par Jésus apporte une force spirituelle à celles et ceux qui sont confrontés à l'hostilité et au rejet.

Face à la persécution, il est possible de trouver le repos en Dieu, non pas en entretenant la haine ou l'intolérance dans son cœur mais en laissant l'amour du Christ passer à travers soi.

Le fardeau de la pauvreté et du désespoir

Les récits bibliques de la sollicitude de Dieu envers les pauvres et les marginalisés offrent un puissant contrepoint au poids écrasant de la pauvreté et du désespoir. Les images décrites dans le Psaume 23, selon lesquelles nous sommes conduits vers de "frais herbages" et des "eaux du repos", suggère un Dieu qui désire une vie abondante pour tous et pas seulement pour les riches et les privilégiés. Cette vision renvoie directement aux réalités auxquelles sont confrontées tant de personnes dans nos communautés, qui luttent pour joindre les deux bouts et se trouvent accablées par le désespoir.

Même quand le chemin risque d'être difficile, notre confiance inébranlable en Dieu peut nous donner la force spirituelle, le soutien de la communauté et la vision qui nous permet de continuer à rêver et à travailler pour un avenir meilleur.

Nous te confions Seigneur tous nos frères et sœurs en souffrance :

Entre chaque intention, nous reprendrons :

R/ Sur les chemins de la vie, sois ma lumière Seigneur.

Seigneur, toi, qui es tendresse et compassion, veille sur toutes les personnes malades, hospitalisées ou porteuses d'un handicap. Veille sur les personnes qui traversent une période de souffrance, d'incertitude, de doute ou d'isolement, et soutiens aussi tous ceux et celles qui prennent soin d'elles.

Seigneur, de par le monde et dans notre pays, des femmes souffrent d'injustice, de maltraitance, d'isolement. Leur dignité et leurs droits sont bafoués.

A l'occasion de la journée mondiale des droits des femmes, qu'elles soient entendues, soutenues et respectées dans leur démarche de justice et de liberté. Seigneur, manifeste leur ton amour pour qu'elles trouvent énergie, confiance et espérance.

Seigneur, nous croyons que l'Espérance ne déçoit pas...

Pour les couples qui souhaitent un enfant, pour ceux qui accueillent un enfant différent, pour ceux qui ont perdu un enfant, et pour leur entourage : qu'il soit écoute bienveillante et sans jugement.

Chant :

*Dans les petites choses, beaucoup d'amour se pose.
Il suffit de nos deux mains qui veulent partager, car...*

Aime ! Aime ! Aime ! Sans te montrer.

Ce que tu fais dans le secret, deviens un morceau de clarté.(bis)

Action de grâce

Dieu de grâce, toi qui portes notre fardeau,
toi qui as créé le repos comme un don pour tous les humains,
donne-nous l'audace de te remettre nos fardeaux,
l'humilité d'apprendre de Jésus, notre doux maître,
et la force d'aider les autres à trouver le repos.
Redonne-nous l'espérance et guide-nous le long des bons chemins
afin que nous trouvions le repos en vue de notre périple.
Avec Jésus, qui nous appelle à venir et à trouver le repos,
nous te prions avec les mots qu'il nous a appris : **Notre Père....**

Chant :

*Dans les petites choses, beaucoup d'amour se pose.
Il suffit d'être le chant qui sème l'amitié, car...*

Aime ! Aime ! Aime ! Sans te montrer.

Ce que tu fais dans le secret, deviens un morceau de clarté.(bis)

Seigneur nous te confions tous nos frères et sœurs éprouvés par la guerre au Moyen-Orient, en Ukraine et dans tant d'autres pays, et nous unissons nos voix pour prier pour la paix :

Seigneur de la Vie, toi qui as façonné chaque être humain à ton image et ressemblance,
nous croyons que tu nous as créés pour la communion, et non pour la guerre,
pour la fraternité, et non pour la destruction.
Toi qui as salué tes disciples en disant : "La paix soit avec vous",
accorde-nous le don de ta paix et la force de la rendre réelle dans l'histoire.
Aujourd'hui, nous élevons notre prière pour la paix dans le monde,
en suppliant que les nations renoncent aux armes et choisissent le chemin du dialogue et de la diplomatie.
Désarme nos cœurs de la haine, du ressentiment et de l'indifférence,
afin que nous devenions des instruments de réconciliation.
Aide-nous à comprendre que la véritable sécurité ne naît pas du contrôle nourri par la peur,
mais de la confiance, de la justice et de la solidarité entre les peuples.
Seigneur, éclaire les dirigeants des nations, pour qu'ils aient le courage d'abandonner les projets de mort,
d'arrêter la course aux armements et de placer au centre la vie des plus vulnérables.
Que jamais plus la menace nucléaire ne conditionne l'avenir de l'humanité.
Esprit Saint, fais de nous des bâtisseurs fidèles et créatifs de paix quotidienne :
dans nos cœurs, nos familles, nos communautés et nos villes.
Que chaque parole bienveillante, chaque geste de réconciliation
et chaque choix de dialogue soient les semences d'un monde nouveau. Amen

Seigneur, que chacun et chacune sache puiser à la Source de la foi et trouver l'apaisement, la force et la joie de ton Amour. Avec Marie nous te prions : Je vous salue Marie...