

## Prière devant la crèche

**J'ai demandé à l'âne** de me donner la force de porter mes soucis et les inquiétudes de mes amis, tous ces ennuis qui pèsent sur mes épaules.

**J'ai demandé au bœuf** de me procurer sa chaleur pour que je puisse me réchauffer à son souffle des rigueurs de l'hiver et me consoler des séparations créées par le confinement.

**J'ai demandé au mouton** de ne pas être un mouton de Panurge qui suit bêtement le troupeau, mais un fidèle du Bon Berger qui guide vers les verts pâturages ; un mouton qui se méfie du faux berger, de l'imposteur et du facteur de fausses nouvelles.

**J'ai demandé au berger** de m'apprendre à lire dans la nuit le message des étoiles qui m'indique comment garder le cap de l'Espérance et suivre la route de la vraie Joie, de la seule Joie.

**J'ai demandé à Joseph** de me garder d'éclater en colère quand les choses ne vont pas dans mon sens, et de m'aider à ce que je me laisse plutôt garder par le silence de la patience et de la paix.

**J'ai demandé à Marie** de me pourvoir du courage de la nuance quand je juge les autres et les événements. Elle qui ne comprit pas toujours les agissements de son Fils, qu'elle m'instruise de sa sagesse consistant à faire la part des choses sans perdre de vue l'essentiel et en faisant confiance.

**J'ai demandé à la mangeoire encore vide** de me recueillir tel que je suis, pauvre, nu et désarmé face au cosmos et au grand mystère de l'homme.

*Isaure Haute Loire*



Région Centre Est

## « Petit Bonjour » 4eme Dimanche de l' Avent



De la part de  
*Jocelyne, Madeleine, Marie Thérèse, Pascale et Brigitte*

*Nous sommes dans la dernière ligne droite avant la veillée de Noël, un temps généralement intense en préparatifs. Nous avons préparé les décorations, les cadeaux, prévu les repas - maintenant, nous devons nous préparer pour la célébration elle-même. Parfois, il peut être difficile de trouver un équilibre dans le rythme intense de la période de Noël. Cette semaine, vous êtes invité à vous entraîner à ralentir au milieu de la fébrilité du moment des fêtes. Tous les textes, prières transmis par les départements de la hHaute Loire, Rhône, Savoie et Haute Savoie vous aiderons certainement ...*

Nous arrivons à la dernière semaine de l'Avent. Nous avons attendu, avec patience, dans l'attente de l'arrivée de la lumière du monde, la lumière de la Création. Alors que nous sommes impatients de célébrer la naissance de Jésus, notre Sauveur, nous devrions nous demander à nous-même : quel pourrait être notre cadeau pour Lui ? Pour Lui qui nous a donné le plus grand cadeau de tous : le Salut. Le Salut et la Création sont intrinsèquement liés parce que Dieu a choisi de se révéler à nous dans la Création, en tant qu'homme.

Comment allez-vous prendre soin de notre maison commune ? Comment allez-vous mettre en pratique les fruits spirituels de ce cheminement de l'Avent, ce temps passé à vous préparer à accueillir la Bonne Nouvelle par une conversion écologique ?

Inspirons-nous des mots de réconfort que l'ange dit à Joseph en songe : *“ne crains pas”* parce que *“Dieu est avec nous”* (Mt 1:20.23).

Dieu est avec nous quand nous cherchons comment répondre à l'appel à être des gardiens de la Création - répondre à cet appel peut être notre cadeau pour Lui. Il est notre lumière, notre espérance, notre salut, pour nous et pour toute la Création. *“Marchons en chantant ! Que nos luttes et notre préoccupation pour cette planète ne nous enlèvent pas la joie de l'espérance.”* ([Laudato Si' 244](#))

**Cf Hozana : L'Avent avec le Pape François et Laudato Si'**

### L'espérance en couleurs

L'espérance, ça vient d'on ne sait où, ça va plus loin que nous.

Écrite en rouge, sur les murs des prisons, elle se nomme **LIBERTÉ**

Écrite en transparence dans les yeux des enfants, elle se nomme **VIVRE**

Écrite en bleu sur le gris de nos villages, elle se nomme **HORIZON**

Écrite en blanc sur le noir de nos vies, elle se nomme **ESPOIR.**

## Rhône



Depuis plus de quatre ans, l'artiste sculpteur **Estelle Reverchon** crée des personnages pour la **Crèche de la basilique de Fourvière**.

Chaque année, de nouveaux personnages lyonnais rejoignent la Sainte Famille. Leurs traits fins et inspirés invitent à la contemplation du Mystère.

*« La naissance est annoncée pour bientôt. Déjà, ils ont voyagé et ont posé leur sac : Marie et Joseph attendent ce moment comme un mystère. Et toi qui lis ces lignes, si tu veux bien, viens à leur rencontre. Les personnages bibliques ne sont pas seuls, il y a aussi des témoins de la Foi à Lyon, hommes et femmes de prière touchés par cette naissance historique.*

*Guide bénévole de Fourvière*

## *Autres méditations*

"La promesse annoncée va se réaliser "

Notre attente s'achève bientôt : crèches , décorations de Noël , embellissent nos maisons ,et nous nous préparons à passer les fêtes dans la joie , et en famille ...Mais je ne peux m'empêcher de penser à tous ceux qui sont seuls...malades.....dans le besoin.....Je ne peux m'empêcher de penser aux pays en guerre...et en particulier à l'Ukraine....

Seigneur , prends le monde en pitié ! Fais que cessent les violences de toutes sortes...

Répands ta paix et ta douceur dans tous les cœurs !

donne en abondance à tous et à toutes Ta Lumière avec la JOIE de NOEL

*.Claudie- Savoie*

### **Une histoire : Le vitrail**

Lors d'un cours de catéchisme à l'occasion de la Toussaint, un prêtre pose cette question aux enfants : Qui sont les saints du Royaume de Dieu ? Un petit garçon lève la main : Moi je sais, Monsieur l'Abbé ! « Les Saints sont ceux qui laissent passer la lumière à travers eux ! »

Emerveillé de cette réponse, le prêtre demande au petit garçon : « Mais comment le sais-tu ? » Et le petit garçon raconte : « Un jour, mon grand-père m'a emmené visiter une église dans un village. Il y avait des grandes fenêtres colorées qui laissaient passer la lumière. Et dans ces fenêtres il y avait des personnes qui étaient représentées. J'ai demandé qui ils étaient et mon grand-père m'a répondu : « Tu vois, ces personnes pleines de lumière ce sont les saintes et les saints de Dieu ».

### **Une parole**

« La lumière du monde c'est moi. Si quelqu'un me suit, il ne marchera pas dans la nuit, mais il aura la lumière qui donne la vie. »

*Jean (8.12)*



*Georgina St Jean de Maurienne*

Écrite en vert dans le jardin secret des quinze ans, elle se nomme **AVENIR**.

Écrite en demi-teinte sur le visage des gens seuls, elle se nomme **AMOUR**.

Écrite en rose sur les traits de nos mains, elle se nomme **FRATERNITÉ**.

Écrite en arc-en-ciel sur le soleil couchant, elle se nomme **DEMAIN**.

### *Texte transmis par la Haute Loire*

### *Réflexions à partir des textes du 4ème dimanche de l'avent*

JOSEPH a dit OUI, il a consenti au projet de DIEU, en acceptant de prendre MARIE pour épouse, malgré le poids des conventions sociales, des lois religieuses de son époque.

Nous sommes admiratives devant son courage et sa confiance en DIEU.

Et NOUS, quels sont nos OUI ? Quels devraient-ils être ?

OUI aux événements de nos vies, tels qu'ils se présentent, au moment où ils se présentent, dans la confiance et l'espérance.

OUI à nos songes, comme JOSEPH quand l'ange l'a visité, en écoutant nos cœurs, en apprenant à travers de belles RENCONTRES .

OUI à nos réveils, notre capacité d'adaptation.

OUI à ce que nous sommes vraiment, à nos amours, à nos espoirs, fidèles à nos convictions, nos priorités, au milieu des scandales et de la folie du monde.

OUI à la force de la prière, même quand elle n'est pas exaucée, car le temps de DIEU n'est pas le nôtre.

OUI à la place nouvelle que les FEMMES sont appelées à prendre au sein de l'Église, après les tempêtes qui l'ont agitée.

OUI aux signes des temps qui nous bousculent.

Femmes en A.C.F., ne cédon pas à la tentation de nous fermer au monde.

NOEL, c'est la fête des espoirs qui prennent chair.

Bien fraternellement, l'EQUIPE.

*Équipe A.C.F. 73130 LA CHAMBRE*

## Annonciation à Joseph

Dimanche où l'on pourrait honorer Marie comme la patronne des femmes seules pour élever leur enfant : elle était fiancée mais pouvait être renvoyée Elle ne l'a pas été mais peut être bien qu'elle a vécu quelques appréhensions, interrogations que se posent les femmes seules qui attendent un enfant ou celles qui se trouvent seules avec un ou plusieurs enfants.

Marie a certainement connu un peu l'angoisse qui à certains moments doit « tenailler » ces femmes. Quelle confiance l'a habitée ?

Quelle joie lorsque Joseph a maintenu son engagement et pour Joseph quelle réflexion vécue et puis quelle décision acceptée :

Ton enfant sera bien mon enfant !

Une famille qui se continue en dehors des règles habituelles, qui devient réellement famille d'Amour

Que de préjugés vaincus, que de confiance accordée

Une œuvre de Dieu possible, vécue, réalisée

Œuvre de Dieu toujours encore et réalité d'aujourd'hui

Noel pour tous les enfants à naître

Noel pour tous les parents qui attendent

Noel aujourd'hui

Noel fête de la confiance divine, fête de la vie, fête de la famille

Dieu vient, il est parmi nous

Dieu visite et appelle aujourd'hui

Joseph, belle image de l'amour paternel de Dieu

## Texte transmis par la Haute Savoie

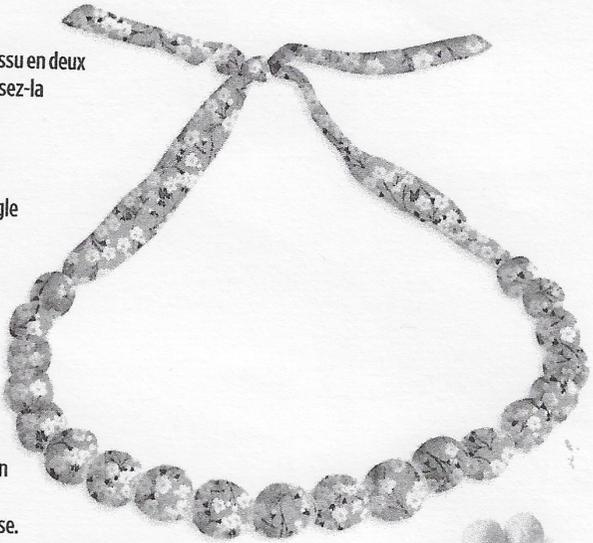


« Que Maman se repose »

crèche présentée au Pape François en 2019 témoignage de la tendresse d'une famille

# Bijoux

« Voici que je vais sertir tes pierres et poser tes fondations sur des saphirs », promet Dieu à Jérusalem (Is 54, 11).  
**Confectionner un bracelet me rappelle ma valeur inestimable aux yeux de Dieu.**



1. Pliez la bande de tissu en deux sur l'envers, puis cousez-la sur toute la longueur (à 0,5 cm du bord) pour former un tube.
2. À l'aide d'une épingle à nourrice, retournez le tissu sur l'endroit.
3. Glissez une boule de cotillon dans le tube au centre. De chaque côté, bloquez la boule en entortillant le fil autour du tissu, puis en faisant un nœud. Coupez le fil qui dépasse.
4. Répétez l'opération avec une boule de chaque côté, puis refaites un point derrière chaque boule de cotillon. Adaptez le nombre de boules à la longueur de votre bijou.
5. Pour finir, fermez le tube avec quelques points de couture. Puis, nouez le collier en faisant un gros nœud.

**DURÉE :** 1 heure  
**MATÉRIEL**

- Bande de tissu de 7 cm x 150 cm (longueur à adapter selon la taille du bijou).
- Boules de cotillon.
- Fil (un peu épais, type fil à broder).
- Aiguille à coudre.
- Paire de ciseaux.
- Mètre, règle.
- Épingle à nourrice.

**Idée**  
Procédez de la même manière avec un tissu moins long pour confectionner un bracelet assorti.



Préparation au roquefort :

- 3 œufs
- 4 à 5 poires (pas trop mûres)
- 350 g de crème fraîche
- 250 à 300 g de roquefort
- Un peu d'alcool de poire
- Sel / poivre

DEROULEMENT :

- Préparer une pâte brisée et la cuire à blanc 15 à 20 mn à 200 °
- Pendant ce temps, peler, épucher et couper en petits quartiers les poires
- Dans un bol, émietter grossièrement le roquefort, y ajouter les œufs battus, la crème, le sel, le poivre et l'alcool
- Placer les quartiers de poire sur le fond de la tarte et y ajouter la préparation au roquefort
- Faire cuire le tout thermostat 200 ° 15 à 20 mn
- Piquer avec la pointe d'un couteau pour vérifier la cuisson

Bon appétit !

Les petits « plus » écolo :

Veiller à préchauffer le four juste le temps qu'il faut

Utiliser des produits locaux et bio

Utiliser des ustensiles qui ne nécessitent pas d'électricité, à l'exception du four ☺



## Prière

En ce temps de l'Avent,  
Nous renouvelons notre union de prière  
Pour nous toutes et nos familles,  
pour celles dont la vie a été bouleversée  
par la perte d'un être cher...  
par un drame familial... un accident grave...  
la maladie... le handicap...  
Ensemble, confions-les à Notre Seigneur

*Seigneur,*

*Je viens à ta rencontre avec tous les bagages qui m'encombrent et me pèsent. Je te les remets parce que seule je n'arrive plus à les porter*

*Seigneur, je te remets les incertitudes qui me pèsent.  
Toutes ces questions sans réponses qui m'empêchent parfois d'avancer.  
Je te remets la peur qui m'habite et qui prend parfois le pas sur la confiance et l'espoir que tu m'as donnés.*

*Seigneur, je te remets la fatigue qui m'habite.  
C'est une fatigue qui est là tout le temps, elle m'affecte de l'intérieur,  
elle me rappelle combien il est difficile de faire face.*

*Seigneur, je te remets la tristesse qui m'envahit quand tout semble sombre, elle envahit mon cœur et tout mon être.  
Je te remets ce bagage lourd et envahissant pour être libérée et trouver la paix intérieure.*

*Seigneur, je te remets tous ces bagages pour trouver une paix intérieure.  
Je sais que tu es à mes côtés prêt à me libérer, à me porter et à marcher dans mes pas lorsque j'en ai besoin.  
Mon espoir et ma force résident dans ta présence aimante et bienveillante.*

*Tu es cette lumière qui éclaire mon sentier et qui me rassure quand l'obscurité semble m'envahir.*

## Le repas, les cadeaux

« Noël est la fête du don suprême : la naissance de Jésus. Par amour pour nous, Dieu envoie Son fils pour nous sauver.

Mais pour autant, pourquoi nous offrir des cadeaux ?

Sans doute parce qu'ils expriment de façon concrète cet amour que nous avons les uns pour les autres. Nous avons tous besoin d'attention et de tendresse. Or les cadeaux, qui ont été choisis avec amour, sont le signe de la reconnaissance que l'on porte à chacun et que l'on nous porte. Même si tout le monde n'y accorde pas la même importance ni la même attention – notamment en raison des différentes cultures familiales ou des différences d'âge – les cadeaux sont plus qu'un simple rituel : ils ont du sens..

Un cadeau peut être un moyen de dire « je t'aime », « je tiens à toi » ou encore « merci »

**Véronique Fruchard, Diocèse de Paris**

### Action « solidaire » Cadeaux

- ✓ Au lieu d'acheter du papier cadeau, cherchez des manières créatives d'emballer vos présents
- Avec des tissus (méthode furoskiki chez les japonais) qui pourront être réutilisés ensuite,
- Des pages de journal ou d'autres types de papiers que vous avez déjà à la maison, (jolies pages de magazine, chutes de rouleaux à tapisser, papier ou emballage kraft, ...)
- En utilisant les fleurs, des feuilles ou des dessins pour décorer votre emballage.
  
- ✓ Vous pouvez aussi offrir plutôt une expérience comme cadeau
- Pensez à une expérience que vous avez vécue et qui a compté pour vous et à la manière dont vous pourriez la faire vivre à une personne que vous aimez, pour la lui offrir.

### Action « solidaire » Repas

- ✓ Achetez des produits locaux au lieu de produits industriels.

-Si vous avez la possibilité faites le « marché » souvent des petits producteurs sont là, ils vous font bénéficier de leur savoir-faire, de la qualité. Vous les aidez à continuer de « vivre » de leur travail. Vous créez des liens avec votre communauté locale et cultivez de nouvelles relations enrichissantes

Sur le prochain « Passerelle » vous découvrirez l'une de ces productrices locales

-N'oubliez pas votre sac réutilisable quand vous partez faire vos courses !

-Si vous le pouvez mettez une jolie table. N'oubliez pas un repas se déguste aussi avec nos 5 sens



2 idées de dernière minute pour compléter le repas ou pour un cadeau de la part de l'équipe de Reignier, Haute-Savoie : Chantal, Gisèle, Martine et Delphine

### Tarte au roquefort et poires

(Cette tarte se mange très bien à l'apéritif ou en entrée avec une salade)

INGREDIENTS POUR 6 PERSONNES :

Pâte brisée :

- 300 g de farine
- 150 g de beurre
- Sel / eau