



Pour débiter...

- Choisir un endroit calme où chacun se sentira bien (salon, chambre, jardin,...).
- Apporter un objet et/ou poser un geste qui aide(nt) à penser à Jésus (par exemple : déposer une petite croix, une bible, allumer une bougie...).
- Vous êtes invités à suivre la proposition de la fiche ou à l'aménager (par exemple : ajouter quelques instants de silence ou un chant que vous connaissez ou encore une prière spontanée pour un membre de la famille). Au début, vous pouvez peut-être n'utiliser qu'une partie de la fiche.
- Vous pouvez toujours terminer par un signe de croix et ajouter une parole de bénédiction (par exemple : *Que le seigneur nous bénisse et nous garde !*).
- Chaque fiche est basée sur l'Évangile d'un dimanche mais on peut prier un autre jour !



1. Préparons-nous !



Pour entrer dans le silence et dans la prière, chantons ensemble :

Écoute sur un smartphone (taper le titre dans Google pour écouter) :

🎵 Pour entrer dans le silence - Danielle Sciaky - YouTube

Refrain : **Pour entrer dans le silence et pour te prier**
Pour m'ouvrir à ta présence en moi, tout se tait.

2. Je me tourne vers toi, mes yeux sont fermés.
 Je veux simplement t'offrir ma journée.

1. Je me tourne vers toi, mes mains sont croisées.
 Je veux simplement être pardonné

**Entrons dans le silence et la prière, traçons un beau signe de croix en disant ensemble :
 Au nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit ! Amen**

2. Écoutons la Parole de Dieu !

Si vous le pouvez, écoutez le récit avec le lien ci-dessous ou QR code

[Évangile de Jésus Christ selon saint Jean \(Jn 6,41-51\)](#)

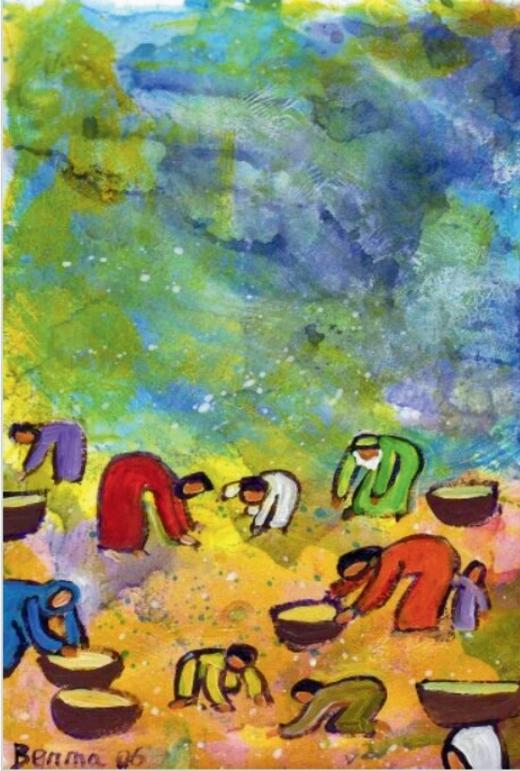


En ce temps-là, les Juifs récriminaient contre Jésus parce qu'il avait déclaré : « Moi, je suis le pain qui est descendu du ciel. » Ils disaient : « Celui-là n'est-il pas Jésus, fils de Joseph ? Nous connaissons bien son père et sa mère. Alors comment peut-il dire maintenant : 'Je suis descendu du ciel' ? » Jésus reprit la parole : « Ne récriminez pas entre vous. Personne ne peut venir à moi, si le Père qui m'a envoyé ne l'attire, et moi, je le ressusciterai au dernier jour. Il est écrit dans les prophètes : Ils seront tous instruits par Dieu lui-même. Quiconque a entendu le Père et reçu son enseignement vient à moi. Certes, personne n'a jamais vu le Père, sinon celui qui vient de Dieu : celui-là seul a vu le Père. Amen, amen, je vous le dis : il a la vie éternelle, celui qui croit. Moi, je suis le pain de la vie. Au désert, vos pères ont mangé la manne, et ils sont morts ; mais le pain qui descend du ciel est tel que celui qui en mange ne mourra pas. Moi, je suis le pain vivant, qui est descendu du ciel : si quelqu'un mange de ce pain, il vivra éternellement. Le pain que je donnerai, c'est ma chair, donnée pour la vie du monde. »

- Acclamons la Parole de Dieu.

3. Passons de l'oreille au cœur !

Image : Bernadette Lopez <https://www.evangelie-et-peinture.org/>



En disant « Je suis le pain venu du ciel », Jésus est sûr de bien se faire comprendre des gens, car le pain est la nourriture de base qui nous permet de refaire nos forces pour poursuivre le travail, ou la marche.

D'ailleurs, les juifs se souviennent que Dieu a nourri son peuple au désert en lui envoyant la manne (une nourriture inconnue venue du ciel), afin qu'il puisse continuer à marcher vers la terre promise. C'est l'illustration ci-contre.

Racontez ce que vous ressentez en voyant les personnes, les couleurs, les paniers... Quelles émotions, quels sentiments vous inspirent ce dessin ?

4. Répondons avec le cœur !

Jésus sait bien que nous avons besoin de force pour nous remettre en route chaque matin, mais aussi pour consoler celui qui a du chagrin, pour encourager celui qui a perdu espoir, pour apaiser celui qui est angoissé, pour aider celui qui a des difficultés, bref, pour aimer Dieu, les autres et nous-mêmes.

Alors il a dit : « Je suis le pain venu du ciel ». Celui qui va vers lui dans la prière, dans l'écoute de l'Évangile, dans l'Eucharistie, trouve tout ce dont il a besoin pour vivre. Le Seigneur nous fortifie.

Père, nous te remercions pour Jésus ton fils, le Pain de la vie :

*Notre Père, qui es aux cieux,
Que ton nom soit sanctifié ;
Que ton règne vienne ;
que ta volonté soit faite sur la terre
comme au ciel.
Donne-nous aujourd'hui
notre pain de ce jour.
Pardonne-nous nos offenses,
comme nous pardonnons aussi
à ceux qui nous ont offensés.
Et ne nous laisse pas entrer en tentation,
mais délivre-nous du mal. Amen.»*

5. Dieu se donne, donnons-nous !

Seigneur, aide-nous à comprendre que tu es pour nous comme du pain qui nourrit notre cœur, notre vie. Aide-nous à prendre chaque jour un petit temps avec toi pour recevoir ta force qui vient du ciel.

Dessine un pain et écris dessus tout ce que tu voudrais faire cette semaine avec l'aide de Jésus. Puis dis la prière ci-dessus.