

Méditation n°40 3^{ème} semaine de l'Avent, dès le 13 décembre 2020

Chères paroissiennes, chers paroissiens, pendant ce temps de l'Avent, nos méditations se transforment légèrement. En plus de la méditation du dimanche, vous recevez, à la manière d'un calendrier de l'Avent, différents textes (prières, cantiques, poèmes, contes, réflexions, etc.) pour jalonner votre chemin vers Noël ! Nous vous souhaitons un bon temps de l'Avent !

L'équipe des ministres du Val-de-Ruz

Dimanche 13 décembre

Hymne de l'Avent, pour l'office des lectures

Tirée de « Les plus belles prières de Noël », Libro, 2012. D'un auteur inconnu, au moins du X^{ème} siècle. Dans « Les Hymnes de Liturgia horarum », texte latin et traduction liturgique en langue française, Desclée-Mame, 1990.

Pour commencer notre méditation, je vous propose de nous relier aux croyants qui nous précèdent dans le temps, disaient leur foi avec d'autres mots et d'une autre couleur théologique. « Preuve » que la parole s'est faite chair signifie qu'elle s'incarne toujours et encore dans l'aujourd'hui de l'être humain. La Parole ne change pas, mais la pâte et la terre qui la reçoivent sont à chaque fois unique, évoluant avec les époques, les années, les jours, les minutes mêmes. Quand la Parole s'incarne, elle devient Lumière pour qui la reçoit, et prend une saveur aussi particulière et unique que l'être qui la goûte. Aussi petite que soit la foi de celui qui la reçoit, la plante va grandir (comme la graine de moutarde, en référence à Matthieu 13, 31-32), aussi petite que soit sa confiance, une fois la lumière allumée, elle n'est pas destinée à être placée sous un seau (en référence à Matthieu 5,14-16), elle devient donc témoignage pour l'entourage, un témoignage qui ne peut avoir comme couleur, comme forme et comme saveur, que celles de l'être qui le reflète. Une prière, un message, un partage de foi ne peut être que témoignage de la Parole, La Parole qui prend chair en notre chair et qui nous pousse à dire merci, à chanter notre reconnaissance, à rendre gloire à Dieu.

Ô Verbe très-haut, tu parais,
Lumière, tu jaillis du Père ;
Tu nais pour secourir le monde
Quand le temps décline en sa course.

Eclaire maintenant les cœurs,
Consume-les de ton amour :
Qu'à l'annonce de ta venue,
Les péchés soient enfin bannis
(...)
Ô Christ, ô Roi plein de bonté,

Gloire à toi et gloire à ton Père,
Avec l'Esprit Consolateur,
A travers les siècles sans fin.
Amen.

Lecture de l'évangile de Jean, chapitre 1, versets 1 à 9

Au commencement de toutes choses, la Parole existait ; la Parole était avec Dieu, elle était Dieu. Elle était donc avec Dieu au commencement.

Tout est venu à l'existence par elle, et rien de ce qui est venu à l'existence n'est advenu sans elle.

En elle se trouvait la vie et cette vie était la lumière pour les êtres humains.

La lumière brille dans l'obscurité, et l'obscurité ne l'a pas arrêtée.

Dieu envoya son messenger, un homme appelé Jean.

Il vint comme témoin, pour rendre témoignage à la lumière, afin que tous croient grâce à lui.

Il n'était pas lui-même la lumière, mais il devait rendre témoignage à la lumière.

Cette lumière était la seule vraie lumière, celle qui vient dans le monde et qui éclaire tous les êtres humains.

Jésus est la Lumière du monde, dit-il de lui-même (celui qui lui vaudra d'ailleurs l'un de ses fameux débats avec des pharisiens) en Jean 8,12 « *Moi je suis la lumière du monde. Celui qui me suit ne marchera pas dans l'obscurité, mais il aura la lumière de la vie.* »

Celui / celle qui reçoit la Parole, reçoit **la vie** et cette vie était la lumière pour les êtres humains (ci-dessus, Jean 1, 4).

Recevoir la parole, c'est recevoir Jésus, qui est la lumière.

Ce thème de la Lumière me parle et me questionne beaucoup. La lumière offre la possibilité d'un éclairage, de mieux voir son chemin (au Val-de-Ruz nous en connaissons quelque chose maintenant qu'à partir de minuit les lumières publiques sont éteintes), mais aussi de mettre en lumière des zones d'ombres. Des recoins de soi que l'on ne connaît tout simplement pas, des endroits que l'on ne veut pas voir, nous paraissant si vilains que nous faisons tout pour les cacher.

Jésus de Nazareth naît au milieu des humains, Dieu s'incarne dans un être humain, de l'humanité, à Noël, c'est en chacun de nous qu'il naît. L'étable, la paille, le crottin, n'est pas de notre soi qu'il est question ? C'est d'abord et avant tout ma vie personnelle qu'il vient rencontrer, éclairer.

Alors, balayé le crottin ? La paille mouillée, remplacée par de la sèche ? la vétusté des idées, les peurs, les principes moraux bien ancrés, tout cela éliminé et comme par magie remplacé par la paix, l'amour et le pardon, comme d'un coup de baguette magique ?

Non, mais cette lumière offre un nouvel angle de vue, bienveillant, aimant, à propos de soi. Avec ce nouveau regard, plus doux il est possible que les anciennes habitudes, les principes et les peurs commencent à perdre un peu de leur caractère rocailleux – pour ne pas dire perdre un peu de leur dureté, céder un peu sous le poids plume de l'amour qui s'installe. Mais attention ! GLING GLING GLING la cloche retentit pour ceux qui s'endorment ici. Cet amour aussi doux soit-il, n'a vraiment et une fois pour toute rien de magique ! Les faux dieux érigés depuis les temps lointains, comme le Dieu juge, le Dieu qui récompense ou punit selon les mérites et les démérites, toutes les croyances qui limitent la vie, pensez-vous que tout cela cède parce qu'un jour dans l'année, à Noël je prie et je laisse entrer Jésus dans mon cœur ?

Un prof de math nous disait à l'époque « la répétition est maîtresse de l'apprentissage » ! Faut-il dire hélas ou heureusement, accepter Jésus, le mettre à la première place, le prendre comme maître à penser et agir, quelque soit notre vocabulaire, le chemin qu'il ouvre dans notre humanité, c'est l'offre d'un changement de vie. Jean-Baptiste déjà le prêchait : « convertissez-vous, changez de vie ! » Alors oui, à force de pratiquer le pardon, à force de respecter mon prochain, à force de voir et de me donner à voir tel que je suis, à force de considérer ses ennemis comme des êtres humains malgré tout, oui à force de marcher sur ce chemin-là, je crois que notre étable intérieure se transforme, des fleurs poussent sur le fumier, notre regard sur nous-même s'assouplit, devient plus libre, plus vraie. La bienveillance enfin commence, la paix enfin s'installe. Les anges viennent, ils chantent pour nous : «Gloire à Dieu dans les lieux très hauts, paix sur la terre et bienveillance parmi les hommes!»

Lundi 14 décembre

Lecture de 1 Thessaloniens 5, 16-24

Soyez toujours dans la joie,

priez sans cesse,

rendez grâce en toute circonstance, car c'est la volonté de Dieu à votre égard dans le Christ Jésus.

N'éteignez pas l'Esprit,

ne méprisez pas les paroles des prophètes ;

examinez tout avec discernement : retenez ce qui est bon ;

tenez-vous à l'écart de toute espèce de mal.

Que le Dieu de paix lui-même vous sanctifie totalement, et que votre esprit, votre âme et votre corps soient parfaitement gardés pour être irréprochables lors de la venue de notre Seigneur Jésus Christ.

Celui qui vous appelle est fidèle : c'est lui encore qui agira.

N'éteignez pas l'Esprit cher amis !

Ô notre Eglise réformée, elle est fort frileuse à l'égard de l'Esprit !

Pourtant, c'est-ce pas lui qui est donné à Pentecôte, une fois que Jésus est monté vers son Père ?

Le petit oublié de nos liturgies, n'est-il pas celui qui nous relie à Dieu ?

N'est-ce pas lui qui respire en nous ? N'est-il pas le Souffle de vie ?

N'est-il pas la possible aération de nos vies trop enfermées sur elles-mêmes ?

Petit exercice pour prendre conscience combien je suis reliée à Dieu par le Souffle.

Lors de ma prochaine inspiration, je prends conscience du cadeau : si je n'inspirais plus cet air, c'est vite vu, je meurs.

En inspirant, par ce geste aussi simple qu'inconscient puisqu'il se fait tout seul, je reçois la vie. Comment est-ce que je l'accueille ?

« *Rendez grâce en toute circonstance* », oui c'est possible, rien qu'en se focalisant sur sa respiration. Ma respiration est déjà une prière. A chaque inspire, je peux par exemple dire en moi-même « Merci Dieu pour la vie ! ».

L'Esprit est saint, différent de moi, il me relie à moi, passant par moi, il me relie aux autres, me reconnectant à la source de la vie, il me à Dieu. Il est Dieu, ne l'oublions pas (n'oublions pas l'Esprit).

Mardi 15 décembre

Une prière de louange

Dieu de la Vie,

Merci !

Tu n'es pas seulement un Dieu qui place devant moi des paroles d'espérance pour des jours meilleurs.

Tu es pour moi un Dieu m'invite à recevoir l'aujourd'hui tel qu'il est.

Dans cet instant présent, tu m'invites à recevoir ta lumière, à accueillir ta vie.

Et me laisser transformer au gré la mise en pratique d'une vie plus ajustée à toi et moins conformiste au monde.

Tu m'invites pour cela à revêtir ta lumière, ton amour, pour en vivre, et te rayonner.

Mais aussi de me laisser te recevoir par les autres, d'échanger, d'être en relation, de recevoir et de partager ce qui vient, ce qui est, ce qui se donne à moi.

Tu es un Dieu qui crée, qui donne, qui se donne complètement.

Je veux être reconnaissant pour tout cela, te louer, te rendre grâce.

Amen

Mercredi 16 décembre

Lecture de Esaïe 61, 10-11

Je tressaille de joie dans le Seigneur, mon âme exulte en mon Dieu.

Car il m'a vêtue des vêtements du salut, il m'a couverte du manteau de la justice, comme le jeune marié orné du diadème, la jeune mariée que parent ses bijoux.

Comme la terre fait éclore son germe, et le jardin, germer ses semences, le Seigneur Dieu fera germer la justice et la louange devant toutes les nations.

Petit exercice : Aérer le cœur, un temps de réflexion au cœur de l'Avent

Quand on cultive la terre, avant de pouvoir semer, il faut d'abord l'aérer : l'hiver l'a rendue compacte, une bonne aération va permettre de l'oxygéner. Non seulement cela l'aide à mieux se régénérer, mais les plantes prendront plus facilement racine.

Et pour nous, les êtres humains ? Dans la méditation de dimanche, j'évoquais l'effet de la Lumière dans l'étable de nos vies. Lundi, j'évoquais le Souffle de vie. Aujourd'hui mercredi, une autre image que celle de l'étable, celle de l'hiver, celle de la terre, et le Souffle sous un autre nom, l'air.

Réflexion : Prenons le verbe « aérer ». Qu'évoque-t-il pour vous ? dans votre vie de tous les jours ? dans votre vie spirituelle ?

La période hivernale, dans l'hémisphère Nord, n'incite pas tellement à prendre l'air... Les champs et les arbres sont nus, certains animaux hibernent... La météo nous renvoie plutôt à l'intérieur de nos maisons... Et cela encore plus en cette année 2020 où nous sommes enjoints à rester chez nous à cause de la situation sanitaire.

Mais le risque existe alors que notre « chez-nous » sente le renfermé. Et je ne parle pas que de l'air de nos logements, qu'il est conseillé de renouveler plusieurs fois par jour... Dans notre quotidien, il nous arrive à tous de manquer d'air. Des choses sont pesantes à vivre, oppressantes, obstruantes.

Réflexion : qu'est-ce qui vous pèse sur le moral et la poitrine, qu'est-ce qui vous empêche d'inspirer profondément ? Qu'est-ce qui rend votre cœur plus compact, plus dur, comme la terre en hiver ?

Oui, la vie est parfois empêchée de circuler en soi parce que des choses, des idées qui tournent en boucle, des réflexions, des situations de vie difficile, des Et il devient compliqué d'inspirer de considérer simplement l'inspire comme le cadeau de la vie que j'évoquais lundi.
Peut-être faut-il commencer alors par l'expire. Afin de déposer, de lâcher, de se désencombrer.

Réflexion :

De quoi aimeriez-vous vous désencombrer ? Quels sont les fardeaux qui empêchent l'air en vous de circuler ?

A qui, à quoi aimeriez-vous faire de la place ?

Une fois que vous avez réfléchi un moment...

Prenez une grande inspiration, sentez l'air entrer dans vos narines.

Puis soufflez, lentement, en nommant une chose que vous avez besoin de lâchant pour faire de la place.

Puis recommencez et lâchez une autre chose si besoin.

Jusqu'à ne faire plus que accueillir l'air = la vie et souffler pour vous abandonner au moment présent dans lequel Dieu vous accueille.

Jeudi 17 décembre

Lecture Luc 6, 46-49

« Et pourquoi m'appellez-vous "Seigneur, Seigneur" et ne faites-vous pas ce que je dis ?

« Tout homme qui vient à moi, qui entend mes paroles et qui les met en pratique, je vais vous montrer à qui il est comparable.

« Il est comparable à un homme qui bâtit une maison : il a creusé, il est allé profond et a posé les fondations sur le roc. Une crue survenant, le torrent s'est jeté contre cette maison mais n'a pu l'ébranler, parce qu'elle était bien bâtie.

« Mais celui qui entend et ne met pas en pratique est comparable à un homme qui a bâti une maison sur le sol, sans fondations : le torrent s'est jeté contre elle, et aussitôt elle s'est effondrée, et la destruction de cette maison a été totale. »

Petite exercice : une mise en œuvre requise

Chers amis,

Voici une parole un peu dure en un temps de l'Avent que l'on souhaite doux... ?

Si la Parole de Dieu est source de bienveillance, de paix, d'amour, elle est aussi exigeante !

En quoi ? Et bien en pratique. Comme le sportif qui connaît son sport en théorie mais ne s'entraîne pas, au moment où vient la compétition, il restera loin derrière.

Alors pour ne pas laisser les résultats de votre réflexion de mercredi s'envoler, je vous propose de vous remettre en lien avec vous-même, vous souvenir de ce que vous aviez lâché au travers de votre souffle.

Vous pouvez maintenant noter ces éléments et les affichez à un endroit bien visible.

Puis, seul-e, à deux ou en famille, cherchez comment faire pour que ces éléments vous désencombrent vraiment concrètement.

Notez vos idées à côté, ou sur un autre papier. Affichez-les à côté.

Quand vous avez pu mettre une proposition en œuvre, tracez-là ou enlevez le post-it.

Voilà l'aération vécue, la place en vous libérée.

Vendredi 17 décembre

Une méditation

Imaginez la scène...

Une terre qui danse, qui quitte sa ronde autour du soleil pour faire des pirouettes de joie !

Imaginez les vaches qui dansent la gigue, et les chevaux qui font une valse sans oublier les chèvres dansant sur leurs cornes ! Continuez d'imaginer, vous dansez à l'extérieur, proclamant ainsi votre joie !

Imaginez que vous faites cela non pas pour un événement extraordinaire, mais simplement parce qu'il pleut après quelques jours de beau, ou parce que le soleil se lève après quelques jours de brouillard ou que la neige tombe en ce mois de décembre...

Se réjouir de la pluie sans avoir peur qu'elle ne s'arrête pas.

Se réjouir du soleil sans avoir peur de la sécheresse qui viendrait si le soleil restait pendant des mois.

Se réjouir de la neige sans avoir peur qu'il ne neige trop !

Se réjouir de la vie qui est là sans avoir peur de ce qui pourrait peut-être arriver.

Aérer le cœur, c'est faire place à la joie, la joie de chaque jour, la joie qui s'offre à nous.

Samedi 18 décembre

Lecture Esaïe 61, 1-2

« L'esprit du Seigneur Dieu est sur moi parce que le Seigneur m'a consacré par l'onction.

Il m'a envoyé annoncer la bonne nouvelle aux humbles, guérir ceux qui ont le cœur brisé, proclamer aux captifs leur délivrance, aux prisonniers leur libération, proclamer une année de bienfaits accordée par le Seigneur. »

Un dernier petit exercice : une action pour les autres

Parce que Noël rime avec générosité et solidarité, mais surtout parce que ce que nous faisons au plus petit, nous le faisons au Christ, réfléchissons à une action en cette fin de semaine.

Que pourrais-je faire qui fasse du bien ? A qui je peux témoigner d'un peu de la lumière qui m'éclaire ?

- Envoyer une carte postale avec un gentil mot
- Offrir à qui en a besoin des articles de soins (gel hydro-alcoolique, de douche, crème pour les mains, shampoing, brosse à dents, dentifrice, mouchoirs), des accessoires chauds.
- Fabriquer des biscuits, de la confiture ou autre, et apprécier le fait maison pour se distraire de la consommation.
- faire un dessin, écrire un poème

A vos idées à partager.

Bénédictio

Dieu est là, bienveillant, aimant. Il nous accompagne là où nous sommes.

Que notre vie soit occasion de croissance pour les autres et que nous recevions des autres la considération, le soutien, l'écoute, dont nous avons besoin pour vivre et grandir.

Au Nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit.

Amen.

Bon week-end à toutes et à tous et belle 3^{ème} semaine de l'Avent.

Sandra Depezay