Se laisser dépouiller et revêtir l'homme nouveau

Sobriété 1

À propos

Après qu'il a entendu le Christ, dans la petite église de Saint Damien, lui demander de *« restaurer mon église, qui tombe en ruine »*, François s'employa à trouver de l'argent afin de rénover la petite chapelle, effectivement en ruine. Sur le marché de Foligno, près d'Assise, il vendit des draps pris dans la boutique de son père, riche marchand de tissus. Puis, il se mit à vivre en ermite. Son père ayant eu vent des rumeurs qui couraient sur son fils, devint fou furieux. Il alla trouver les consuls, qui s'en lavèrent les mains. Il s'adressa alors à Guido, l'évêque d'Assise.
sur la place de la cathédrale eut lieu la confrontation entre le père de François, frémissant de colère, l'évêque, et François qui choisit de se mettre sous la protection de Guido, puisqu'il se considérait consacré à Dieu. François ôta alors ses vêtements et les rendit à son père. Prestement, l'évêque essaya de couvrir tant bien que mal la nudité du jeune homme !
Sur la fresque originale, une inscription indique : *« Le saint rendit toute chose à son père et, ayant déposé ses vêtements, renonça aux biens paternels et temporels, déclarant : Désormais je puis dire avec certitude 'Notre Père qui êtes aux cieux' ».*
Peu de temps après, un jour qu'il assistait à la messe dans la chapelle Ste Marie, François entendit l'évangile de l'envoi en mission des disciple : *« Allez, dit Jésus, proclamez que le règne des cieux s'est approché ; n'emportez ni or, ni argent, ni monnaie dans vos ceintures, ni sac de voyage, ni deux tuniques, ni chaussures, ni bâton »* (Lc 10,5). Il s'écria alors : *« Voilà ce que je veux, voilà ce que je cherche, ce que du plus profond de mon cœur, je brûle d'accomplir ».*

Dépouillement de saint François © sanfrancesco.org

Parole de Dieu

« Ne prenez rien pour la route… » Lc 9, 3,4 et 6

Intention de prière

Jésus, qui t'es dévêtu afin de nous révéler la créature nouvelle ressuscitée des morts, arrache en nous le voile qui nous sépare de Dieu et tisse en nous ta présence divine. Donne-nous de vaincre la peur face aux événements de la vie qui nous dépouillent et nous mettent à nu, et de revêtir l'homme nouveau de notre baptême, afin d'annoncer la Bonne Nouvelle, en proclamant que tu es le seul vrai Dieu qui conduit l'histoire.

Chant
Ubi caritas

Kings return

Ubi caritas et amor, Deus ibi est.
Congregavit nos in unum Christi amor.

https://www.youtube.com/watch?v=oCQOXY-FWTk

Prière du matin

Seigneur, dans le silence de ce jour naissant,
je viens vous demander la paix, la sagesse et la force.
Je veux regarder aujourd'hui le monde avec des yeux remplis d'amour ; être patient, compréhensif, doux et sage ; voir vos enfants au-delà des apparences, comme vous les voyez vous-même, et ainsi, ne voir que le bien en chacun. Fermez mes oreilles à toute calomnie, gardez ma langue de toute malveillance et que seules les pensées qui bénissent demeurent en mon esprit.
Que je sois si bienveillant et si joyeux que tous ceux qui m'approchent sentent votre puissance et votre présence. Revêtez-moi de votre beauté, Seigneur, et qu'au long du jour je vous révèle.

Saint François

D'après la collaboration de Sr Angela Carmagnola

Le courage de la sobriété

Sobriété 2

À propos

Un style de vie est le fruit de la combinaison de trois éléments : une spiritualité, comme source de sens ; une option fondamentale, comme finalité qui oriente; une pratique journalière, comme action concrète. Dans notre quotidien, cette unité se réalise difficilement.
Les expériences de vie sont le plus souvent fragmentées et désordonnées et nos choix et habitudes basés sur l'apparence et animés par la mentalité à usage unique. La sobriété n'est-elle pas la réponse à cette dispersion, et une vertu d'unification entre les idées et les actions (selon Antonio Nanni).

De quoi je remplis mon cœur et mon temps ?

François nous invite à ne pas assimiler la sobriété à l'austérité. "Un frère, homme de vie intérieure profonde, et déjà ancien dans l'ordre, était très faible et malade. En le considérant, le bienheureux François fut ému de pitié. Il se dit en lui-même: *« Si, de bon matin, ce frère mangeait des raisins mûrs, je crois que cela lui ferait du bien. »* Un jour il se leva sans bruit, de grand matin, appela ce frère, et le conduisit dans une vigne proche de l'église. Il choisit un cep où les grappes étaient belles et bonnes à manger. S'asseyant près de la vigne avec ce frère, il se mit à manger des raisins, pour que le frère n'ait point honte d'en prendre seul. Tout en mangeant, le frère louait le Seigneur Dieu.

Tant qu'il vécut, il rappelait souvent, parmi les frères, avec beaucoup d'émotion et de dévotion, cette délicatesse du Père à son égard."
[Comp.Ass. 5 ; SF 1549]

La sobriété est joie, comme la vivent les Soeurs franciscaines de Sant'Anna : « Dans notre mission, nos moyens sont simples, essentiels et sobres, appropriés au niveau de vie pauvre des milieux dans lesquels nous travaillons (D 9)... Avec notre vie pauvre, humble et joyeuse, nous devenons le signe crédible de l'amour salvifique de Jésus. (C 22) ».

Parole de Dieu

La grâce de Dieu, source de salut pour tous les hommes, a été manifestée. Elle nous enseigne à renoncer à l'impiété et aux convoitises mondaines, et à vivre dans le siècle présent selon la sagesse, la justice et la piété, en attendant la bienheureuse espérance, et la manifestation de la gloire du grand Dieu et de notre sauveur Jésus-Christ, qui s'est donné lui-même pour nous, afin de nous racheter de toute iniquité, et de se faire un peuple qui lui appartienne, purifié par lui et zélé pour les bonnes œuvres. Tite 2, 11-14

© *Brigitte Foch.*

Intention

« De même qu'il est nécessaire d'avoir le courage du bonheur, il faut avoir aussi le courage de la sobriété. »
pape François aux JMJ 2014.
- Prions comme Jésus nous a enseigné : « Notre Père... »

Prière

Donne-nous, Seigneur, de ne pas nous obstiner à obtenir une croissance destructrice mais bien plutôt à retrouver une vie respectueuse de nos frères et sœurs et de la création,d 'apprendre la sobriété dans la consommation quotidienne, ainsi que dans nos activités de détente, dans notre façon de voyager. Donne-nous, Seigneur, en vivant avec plus de sobriété, d'être plus attentifs aux inégalités sociales dans notre pays et dans le monde. Donne-nous de découvrir ce qu'est la sobriété heureuse, ouverte aux autres, libératrice de ce qui nous empêche de vivre profondément en vérité.

Chant
Santa Maria del cammino
(en italien)

https://www.youtube.com/watch?v=SWz3YmYgn2o

D'après la collaboration de Suora Angela Riccardi. Suore di Sant'Anna. San Grato. Carmagnola .

« Moins est plus »

Sobriété 3

À propos

Sobriété, simplicité, dépouillement, austérité, tout un programme pour un pèlerinage à la dimension de François.
L'occasion nous est donnée sur ce chemin d'être moins dépendant de l'argent, de vivre aussi bien avec beaucoup moins. C'est l'opportunité de faire un choix entre « l'être » plutôt que « l'avoir », le « assez » plutôt que le « plus », le partage plutôt que l'accaparement.
Citons le Pape François dans *Laudato si* – Ch VI – art 222 :
« La spiritualité chrétienne propose une autre manière de comprendre la qualité de vie, et encourage un style de vie prophétique et contemplatif, capable d'aider à apprécier profondément les choses sans être obsédé par la consommation. Il est important d'assimiler un vieil enseignement, présent dans diverses traditions religieuses, et aussi dans la Bible. Il s'agit de la conviction que "moins est plus". En effet, l'accumulation constante de possibilités de consommer distrait le cœur et empêche d'évaluer chaque chose et chaque moment. En revanche, le fait d'être sereinement présent à chaque réalité, aussi petite soit-elle, nous ouvre beaucoup plus de possibilités de compréhension et d'épanouissement personnel. La spiritualité chrétienne propose une croissance par la sobriété, et une capacité de jouir avec peu. C'est un retour à la simplicité qui nous permet de nous arrêter pour apprécier ce qui est petit, pour remercier des possibilités que la vie offre, sans nous attacher à ce que nous avons, ni nous attrister de ce que nous ne possédons pas. Cela suppose d'éviter la dynamique de la domination et de la simple accumulation de plaisirs. »

© *Brigitte Foch*

Parole de Dieu

« Si tu veux être parfait, va, vends ce que tu possèdes, donne-le aux pauvres, et tu auras un trésor dans les cieux. Puis viens, suis-moi. » Mt 19, 21.

Intention

Seigneur, nous nous joignons au Pape François pour qu'advienne un monde nouveau de sobriété, de douceur et de recherche du bien commun.

Chant
Bienheureux le serviteur

André Gouzes

https://www.youtube.com/watch?v=EfBplilaCwA

Prière à saint Joseph

Bon Saint Joseph,
Toi qui étais un modèle de maîtrise de soi,
Toi qui étais vraiment prudent, vraiment juste et vraiment fort,
prompt à dominer toute peur pour protéger le Fils de Dieu,
protège Dieu en moi,
Accorde-moi la grâce d'une meilleure maîtrise
Pour servir comme toi, pour me lever aux appels de Dieu sans paresse,
pour accomplir les petites tâches héroïques du quotidien
avant de rêver à d'imprudentes entreprises!
Donne à mes humbles efforts d'ascèse d'entretenir en moi
bonne humeur et humilité !
Glorieux saint Joseph,
qui maîtrisais par ta douceur et ton obéissance ton corps
et tes pensées,
donne-moi le respect de l'ascèse, dans cet entraînement soutiens-moi,
obtiens-moi de vivre par amour uniquement
le courage de l'offrande,
la discrétion du sacrifice, la tempérance et l'équilibre,
la sobriété, et la sainteté.
Doux saint Joseph,
Obtiens-moi de diffuser comme fruit de la tempérance
la joie divine de l'Évangile
et, par mes actes autant que mes paroles, d'imiter,
comme tu le fis,
Jésus en tout.

Dieu seul suffit

Sobriété 4

À propos

Ce qui est fondamental chez saint François, c'est son choix premier de vivre avec simplicité afin d'être dans une merveilleuse harmonie avec Dieu, avec les autres, avec la nature et avec lui-même.
Pourquoi a-t-il fait ce choix de la pauvreté, d'une grande sobriété de manière radicale ? En premier lieu parce qu'il a pris conscience que « Dieu seul suffit ».
La pauvreté et l'austérité de saint François n'étaient pas un ascétisme purement extérieur, mais un renoncement à toute réalité qui l'empêcherait de se donner pleinement. Et ce choix le rend joyeux ! Il est sans cesse dans la louange pour son Créateur qui lui donne tout ce dont il a besoin : l'amour.

Comment aimer si nous sommes riches de tout ce qui nous ramène à nous-même alors que Dieu est source de l'amour à offrir ?
Nos chemins de croyants, même avec beaucoup de bonne volonté, nous poussent parfois à l'indifférence, à la résignation facile ou à la recherche de solutions seulement techniques. Et comme le rappelle le pape François *« Il nous faut une nouvelle solidarité universelle ».*

Comment puis-je alors collaborer comme instrument de Dieu, avec ma culture, mon expérience, mes initiatives et mes capacités ? Limiter mes achats d'objets neufs, consommer local et sans excès, inventer avec ce que je peux faire moi-même, choisir ce qui est essentiel ou non… ?

© Dominique Olislaeger

Parole de Dieu

« Ne vous inquiétez pas… » Mt 6, 25-34

Intentions

**** Pour toutes les personnes en responsabilité qui doivent choisir entre une vision consumériste et le respect des humains***
**** Pour les chrétiens qui témoignent par leur mode de vie que la solidarité n'est pas une option mais une question de justice***
**** Pour les jeunes entrepreneurs qui se lancent dans des créations durables sans rechercher à tout prix des privilèges personnels injustes.***

Chant
Donne-moi seulement de t'aimer

prière Saint Ignace de Loyola

1 - Prends Seigneur et reçois
toute ma liberté,
ma mémoire, mon intelligence
toute ma volonté.

REFRAIN
Et donne-moi, donne-moi,
donne-moi seulement de t'aimer.
Donne-moi, donne-moi,
donne-moi seulement de t'aimer.

2 - Reçois tout ce que j'ai,
tout ce que je possède.
C'est toi qui m'as tout donné
à toi, Seigneur, je le rends.

3 - Tout est à toi, disposes-en
selon ton entière volonté
et donne-moi ta grâce,
elle seule me suffit.

https://www.youtube.com/watch?v=4veQeH625ns

Prière du pape François

Ô Dieu, Un et Trine,
communauté sublime d'amour infini,
apprends-nous à te contempler
dans la beauté de l'univers,
où tout nous parle de toi.
Éveille notre louange et notre gratitude
pour chaque être que tu as créé.
Donne-nous la grâce
de nous sentir intimement unis à tout ce qui existe.
Dieu d'amour, montre-nous
notre place dans ce monde
comme instruments de ton affection

D'après la collaboration de Dominique Olislaeger

Dame pauvreté

Sobriété 5

À propos

François parle-t-il de sobriété ? N'est-ce pas plutôt la pauvreté qu'il a embrassée ? François, prenant l'évangile à la lettre, enjoint ses frères à tout quitter pour suivre Jésus et à mendier leur pain. *« Qu'il te semble meilleur de plaire au Seigneur Dieu et de suivre sa trace et sa pauvreté »*, recommandait-il à frère Léon, lui qui le désignait : *« Frère François, petit pauvre du Christ ».* François avait en horreur l'argent et les honneurs, mais plus profondément, il savait que Dieu est attiré par notre pauvreté de pécheur, notre pauvreté d'homme et qu'elle est comme la condition de notre salut et de notre communion à Lui. *« J'irai nu à la rencontre du Seigneur »*, dit François sur la place d'Assise.
Quelle est notre pauvreté personnelle ? La traitons-nous comme notre ennemie ou l'apprivoisons-nous comme notre meilleure alliée, notre amie ? Et la pauvreté de nos proches ?

© Brigitte Foch

Parole de Dieu

« Heureux les pauvres, le royaume des Cieux est à eux ». Mt 5, 3

Intentions

**** Seigneur, permets que j'use des biens que tu me donnes de disposer, au service de mes proches, de mes frères et sœurs, de ton Evangile.***

**** Seigneur, donne-moi la liberté intérieure par rapport aux richesses et aux honneurs de ce monde, et donne-moi de m'attacher à Toi.***

Chant
Heureux qui s'abandonne à toi

Communauté de Taizé (154)

Heureux qui s'abandonne à toi, ô Dieu,
dans la confiance du coeur,
Tu nous gardes dans la joie,
la simplicité, la miséricorde

https://www.youtube.com/watch?v=z93CnktNJbQ

Prière

Salut, reine Sagesse, que le Seigneur te garde, avec ta sœur, sainte et pure Simplicité. Dame sainte Pauvreté, que le Seigneur te garde, avec ta sœur, sainte Humilité. Dame sainte Charité, que le Seigneur te garde, avec ta sœur, sainte Obéissance.
Vous toutes, saintes Vertus, que le Seigneur vous garde, lui de qui vous procédez et venez.

Salutations des vertus François d'Assise

Une garde à mes lèvres et à mon cœur

Sobriété 6

À propos

La sobriété évoque d'abord une attitude de consommation, la frugalité… Mais la sobriété peut aussi concerner nos manières de penser, de parler… et inviter à un silence intérieur, indispensable dans l'accueil, l'écoute, l'ouverture à l'imprévu et une qualité de présence.
Cynthia Fleury, philosophe et psychanalyste, dans son essai *Ci-gît l'amer*, paru chez Gallimard en novembre 2020, nous invite à guérir du ressentiment dont elle reprend (p. 18) la définition à Max Scheler : *« L'expérience et la rumination d'une certaine réaction affective dirigée contre un autre, qui donnent à ce sentiment de gagner en profondeur et de pénétrer peu à peu au cœur même de la personne, tout en abandonnant le terrain de l'expression et de l'activité. »*
Elle précise ensuite (p. 21) : on voit comment le ´en vouloir à ´prend la place de la volonté, comment une énergie mauvaise se substitue à l'énergie vitale joyeuse, comment cette falsification de la volonté ou plutôt cet empêchement de la bonne volonté, cette privation de la volonté pour, comment ce mauvais objet prive la volonté d'une bonne direction.

Parole de Dieu

« Mets une garde à mes lèvres Seigneur, veille au seuil de mes lèvres.
Ne laisse pas mon cœur pencher vers le mal. »
Ps 140, 3-4

Intention

Esprit Saint, mets en mon cœur et sur mes lèvres une prière d'action de grâce ou de supplication dès que mon esprit divague pendant la marche, et rumine des pensées négatives.
« Je vis dans la gratitude de ton amour » : que s'imprime en nos cœurs cette simple parole.

Chant
Ubi Caritas

Communauté de Taizé

https://youtu.be/VYnKwVHIAV0

Prière

« Apprends-moi, Seigneur, à bien user du temps que Tu me donnes pour travailler, à bien l'employer sans rien en perdre. Apprends-moi à tirer profit des erreurs passées sans tomber dans le scrupule qui ronge. Apprends-moi à prévoir le plan sans me tourmenter, à imaginer l'œuvre sans me désoler si elle jaillit autrement. Apprends-moi à unir la hâte et la lenteur, la sérénité et la ferveur, le zèle et la paix.
Aide-moi au départ de l'ouvrage, là où je suis le plus faible. Aide-moi au cœur du labeur à tenir serré le fil de l'attention. Et surtout comble Toi-même les vides de mon œuvre, Seigneur ! Dans tout le labeur de mes mains laisse une grâce de Toi pour parler aux autres et un défaut de moi pour me parler à moi-même. Garde en moi l'espérance de la perfection, sans quoi je perdrais cœur. Garde-moi dans l'impuissance de la perfection, sans quoi je me perdrais d'orgueil. Purifie mon regard : quand je fais mal, il n'est pas sûr que ce soit mal, et quand je fais bien, il n'est pas sûr que ce soit bien. Seigneur, ne me laisse jamais oublier que tout savoir est vain sauf là où il y a du travail, et que tout travail est vide sauf là où il y a amour, et que tout amour est creux qui ne me lie à moi-même et aux autres et à Toi, Seigneur ! Enseigne-moi à prier avec mes mains, mes bras et toutes mes forces. Rappelle-moi que l'ouvrage de mes mains T'appartient et qu'il m'appartient de Te le rendre en le donnant ; que si je le fais par goût du profit, comme un fruit oublié je pourrirai à l'automne ; que si je le fais pour plaire aux autres comme la fleur de l'herbe je fanerai au soir ; mais si je le fais pour l'amour du bien, je demeurerai dans le bien ; et le temps de faire bien et à Ta gloire, c'est tout de suite, Amen ! »

Lanza del Vasto

D'après la collaboration de Marie-Laure Barricand-Moneger

Sobriété 7

Tu es avec moi, rien ne saurait me manquer

À propos

Dans sa règle, saint François écrit : *« Les frères ne doivent rien posséder : ni maison, ni terrain, ni quoi que ce soit. Comme des pèlerins et des étrangers en ce monde, servant le Seigneur dans la pauvreté et l'humilité, ils iront quêter leur nourriture avec confiance, sans rougir, car le Seigneur, pour nous, s'est fait pauvre en ce monde. Telle est la grandeur de la très haute pauvreté qui vous a établis, vous mes frères très chers, héritiers et rois du royaume des cieux. »*
Il ne faut pas confondre pauvreté et misère. La misère n'est ni un idéal enviable, ni un état à entretenir. La pauvreté à laquelle invite François est un dépouillement. Il s'agit de se défaire de la gloire illusoire des dorures et du confort du monde. L'enfant de la crèche n'a pas impressionné les bergers par l'éclat de sa parure ! La recherche de sobriété est un ajustement du regard : renoncer au faux éblouissement du luxe pour mieux baigner dans la vraie lumière, qui est celle du Royaume. La vie gagnera alors une saveur toute particulière : elle aura littéralement un goût de paradis. C'est ce que dit saint François, quand il ajoute : *« Que la pauvreté soit votre partage, elle qui conduit dans la terre des vivants. Attachez-vous à elle totalement, frères bien-aimés, et pour le nom de notre Seigneur Jésus-Christ refusez à jamais de posséder rien d'autre sous le ciel. »*

© JPlenio /Pixabay.

Parole de Dieu

Les richesses ne te garantissent rien. Quand le cœur se sent riche, il est tellement satisfait de lui-même qu'il n'y a plus de place pour la Parole de Dieu, pour aimer les frères ni pour jouir des choses les plus importantes de la vie.
Exhortation apostolique *Gaudete et exsultate* du Pape François (Chapitre 68)

Intentions

Prions pour que nous fassions des choix courageux en faveur d'un style de vie sobre et durable, en nous réjouissant de voir des jeunes s'y engager résolument.
Intentions du Pape François. sept 2021

Chant

Communauté de Taizé

Tu mecum es, nihil mihi deerit, Tu mecum es,
non timebo mala

(Tu es avec moi, rien ne saurait me manquer,
Tu es avec moi, je ne crains aucun mal)

https://www.youtube.com/watch?v=Kg8emu06ZBc

Prière

Seigneur Jésus Christ, tu ouvres l'oreille de notre coeur,
pour t'écouter avec confiance
et pour comprendre quel chemin tu nous ouvres.
Tu nous conduis sur le bon chemin,
et tu nous libères de ce qui nous entrave.
Tu vois nos coeurs incertains et quelquefois divisés,
et toi, tu mets toujours en nous le désir de ce qui
est vrai, tu verses en nous et entre nous ta bonté,
et tu imprimes dans le monde ta beauté.
Tu nous remets sans te lasser
dans la simplicité et la joie de l'amour.
Tu prends sur toi nos faiblesses.
Et tu nous donnes d'aimer en acte et en vérité,
comme Toi tu nous aimes.

Communauté de Taizé