



## Pour cheminer vers Noël

*4 semaines, pour se préparer à partager des moments forts de fraternité, de bienveillance, pour prendre aussi le temps de méditer la Parole.*

**Chaque jour :** un petit défi, une action à réaliser ou simplement une phrase à méditer et une phrase biblique

**Mode d'emploi :**

Découper chaque jour un « papillon » (ils sont mis en ordre chronologique) et les plier en deux.

- Soit coller les deux faces blanches et les accrocher au sapin ou à une ficelle avec une pince à linge
- Soit les mettre à cheval sur une ficelle, tout simplement ;-)

Nous espérons que ce petit outil pourra vous aider à vivre au mieux cet Avent ci particulier.

Nous vous souhaitons déjà de très belles, bonnes et lumineuses fêtes de fin d'année.

L'équipe de la Pastorale des Jeunes  
du Brabant wallon



jeunes@bwcatho.be—010/235.270



À MÉDITER



*Garder espoir, s'armer de patience  
et demain sera meilleur.* Mazouz Hacène

DIMANCHE 3 DÉCEMBRE 2023

**« Vellez, car vous ne savez pas  
quand vient le maître de maison »**

(Mc 13,33-37)



JE M'INSTALLE BIEN CONFORTABLEMENT ET JE  
FERME LES YEUX PENDANT 3 MINUTES. J'ÉCOUTE  
TOUT CE QUI SE PASSE AUTOUR ET EN MOI. QU'EST-  
CE QUE CE MOMENT DE PAUSE M'A APPORTÉ?

LUNDI 4 DÉCEMBRE 2023

**« Le Seigneur rassemble toutes  
les nations dans la paix éternelle  
du royaume »**

(Is 2,1-5)



JE PRENDS 10 MIN. POUR REGARDER LA NATURE.  
MÊME S'IL PLEUT, J'ADMIRE CE QU'IL Y A DE  
MAGNIFIQUE! LES NUAGES? LES OISEAUX? JE  
CHOISIS 5 ÉLÉMENTS QUE JE TROUVE BEAUX!

MARDI 5 DÉCEMBRE 2023

**« Jésus exulta de joie sous l'action  
de l'Esprit Saint »**

(Lc 10,21-24)



JE FAIS UN COMPLIMENT À QUELQU'UN AVEC QUI JE  
N'AI PAS NÉCESSAIREMENT L'HABITUDE DE  
BEAUCOUP PARLER.

MERCREDI 6 DÉCEMBRE 2023

**« Jésus guérit les infirmes et  
multiplie les pains. »**

(Mt 15,29-37)



JE SOURIS À CHAQUE PERSONNE QUE JE CROISE.

JEUDI 7 DÉCEMBRE 2023

**« Pour entrer dans le royaume des  
Cieux, il faut faire la volonté  
de mon Père »**

(Mt 7, 21.24-27)



JE DEMANDE À MES PARENTS, À MES FRÈRES ET SŒURS OU À MES AMIS DE M'ÉCRIRE LES 5 PLUS GRANDES QUALITÉS QU'ILS VOIENT EN MOI ET DE LES METTRE DANS UNE ENVELOPPE QUE JE GARDERAI BIEN PRÉCIEUSEMENT.

VENDREDI 8 DÉCEMBRE 2023

***Dieu nous a choisi, dans le Christ, avant la formation du monde***

(Ep 1, 3-6.11-12))



JE FAIS QUELQUE CHOSE D'INATTENDU ET DE POSITIF POUR QUELQU'UN.

SAMEDI 9 DÉCEMBRE 2023

***« Voyant les foules, Jésus fut saisi de compassion »***

(Mt 9,35-10,1.5a.6-8)



À MÉDITER

***Aimes et dis-le par ta vie!***

St Augustin

DIMANCHE 10 DÉCEMBRE 2023

***« Ce que nous attendons, c'est un ciel nouveau et une terre nouvelle »***

(2P3,8-14)



JE PARLE À QUELQU'UN À QUI JE NE PARLE JAMAIS ET QUI EST SOUVENT SEUL.

LUNDI 11 DÉCEMBRE 2023

***« Nous avons vu des choses extraordinaires aujourd'hui! »***

(Lc5,17-26)



JE FAIS UNE LISTE DE MES DONS, ALLEZ, AU MOINS 5 ;) ET JE LA GLISSE DANS L'ENVELOPPE AVEC LES QUALITÉS DÉJÀ REÇUES VENDREDI.

MARDI 12 DÉCEMBRE 2023

***« Dieu ne veut pas qu'un seul de ses petits soit perdus »***

(Mt 18,12-14)



PARMI TOUTES LES BELLES CHOSES QUE JE  
POSSÈDE, J'EN TROUVE UNE QUE JE N'UTILISE PLUS.  
A QUI POURRAIT-ELLE FAIRE PLAISIR ?

MERCREDI 13 DÉCEMBRE 2023

**« Venez à moi, vous qui pelez »**

(Mt 11,28-30)



JE PRENDS CONSCIENCE DE CE QUE JE MANGE.  
TOUT CE QU'ON MANGE NOUS EST DONNÉ PAR LA  
TERRE !

JEUDI 14 DÉCEMBRE 2023

**« Personne ne s'est levé de plus grand  
que Jean le Baptiste »**

(Mt 11,11-15)



AUJOUR'HUI, JE FAIS ATTENTION À NE RIEN DIRE  
DE MÉCHANT, AUCUNE MOQUERIE, RIEN !

VENDREDI 15 DÉCEMBRE 2023

**« Qui marche à ta suite, Seigneur,  
aura la lumière de la vie »**

(Ps1,1-2,3,4,6)



JE ME BANDE LES YEUX PENDANT 15MIN. ET JE ME  
RENDS COMPTE DE TOUT CE QUE JE NE POURRAIS  
PAS FAIRE SI JE N'AVAIS PAS LA VUE ! MES YEUX  
SONT INCROYABLES !! MERCI POUR LA VUE !

SAMEDI 16 DÉCEMBRE 2023

**« Elle est déjà venu et  
ils ne l'ont pas reconnu »**

(Mt 17,10-13)



À MÉDITER

***On trouve parfois ce  
qu'on ne cherchait pas.***

Alexander Fleming

DIMANCHE 17 DÉCEMBRE 2023

**« Au milieu de vous se tient celui que  
vous ne connaissez pas »**

(Jn 1,6-8.19-28)



JE PROPOSE MON AIDE POUR FAIRE UNE TÂCHE  
PAS TRÈS MARRANTE.

LUNDI 18 DÉCEMBRE 2023

**« En ces jours-là fleurira la justice,  
grande paix jusqu'à la fin des temps »**

(Ps 71)



J'OUVRE L'ENVELOPPE DANS LAQUELLE SE TROUVE  
LES 5 QUALITÉS RELEVÉES PAR MON ENTOURAGE  
ET LA LISTE DE MES DONS QUE J'AI ÉCRITE  
ET ME RÉJOUIS DE TOUT CE QU'IL Y A DE BEAU  
ET DE BON EN MOI.

MARDI 19 DÉCEMBRE 2023

**« Je n'ai que ta louange à ma bouche,  
tout le jour, ta splendeur. »**

(Ps 70)



AUJOURD'HUI, SI JE VOIS DES DÉCHETS PAR TERRE  
SUR MON CHEMIN, JE LES RAMASSE ET LES JETTE  
MÊME SI CE NE SONT PAS LES MIENS.

MERCREDI 20 DÉCEMBRE 2023

**« Voici que la vierge est enceinte »**

(Is 7,10-14)



J'ENVOIE UN PETIT MOT À QUELQU'UN, JUSTE POUR  
LUI DIRE QUE JE PENSE À LUI.

JEUDI 21 DÉCEMBRE 2023

**« D'où m'est-il donné que la mère de  
mon Seigneur, vienne jusqu'à moi? »**

(Lc 1,39-45)



J'APPELLE QUELQU'UN DE MA FAMILLE COMME  
UN GRAND-PARENT, UN COUSIN, QUE JE N'AI PLUS  
ENTENDU DEPUIS LONGTEMPS.

VENDREDI 22 DÉCEMBRE 2023

**« Le Puissant fit pour moi  
des merveilles »**

(Lc 1, 46-56)



J'ÉTEINS TOUS LES APPAREILS NUMÉRIQUES (TOUS)  
ET JE PRENDS LE TEMPS D'ÉCOUTER/ ÊTRE  
PRÉSENT AVEC LES GENS QUI M'ENTOURENT.

SAMEDI 23 DÉCEMBRE 2023

**«Redressez-vous et relevez la tête,  
car votre rédemption approche.»**

(Ps 24)



À MÉDITER

*Je crois qu'on ne peut mieux vivre qu'en  
cherchant à devenir meilleur, ...*

Socrate

DIMANCHE 24 DÉCEMBRE 2023

**« Voici la servante du Seigneur; que  
tout m'advienne selon ta parole. »**

(Lc 1,26-38)