

Café-prière de Carême
3 Mars 2026

Au nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit
Jésus peut transfigurer notre humble quotidien

La période de Carême dans laquelle nous sommes entrés est le bon moment pour ouvrir les yeux et ne pas avoir peur de regarder le monde dans lequel nous vivons. La Lumière de la Transfiguration comme la Résurrection ouvre et invite à une autre façon de regarder.

Chant

Ma lumière et mon salut, c'est le Seigneur, Alléluia !

Le Seigneur est ma lumière et mon salut,
De qui aurais-je crainte ?
Le Seigneur est le rempart de ma vie,
Devant qui tremblerais-je ?

Une chose qu'au Seigneur, je demande,
La chose que je cherche,
C'est d'habiter la maison du Seigneur,
Tous les jours de ma vie.

« Relevez-vous et soyez sans crainte ! »

Écoutons l'Évangile de St Matthieu

Jésus prend avec lui Pierre, Jacques et Jean son frère, et il les emmène à l'écart, sur une haute montagne. Il fut transfiguré devant eux ; son visage devint brillant comme le soleil, et ses vêtements, blancs comme la lumière. Voici que leur apparurent Moïse et Elie, qui s'entretenaient avec lui. Pierre alors prit la parole et dit à Jésus : « Seigneur, il est heureux que nous soyons ici ! Si tu le veux, je vais dresser trois tentes, une pour toi, une pour Moïse et une pour Elie. » Il parlait encore, lorsqu'une nuée lumineuse les couvrit de son ombre ; et, de la nuée, une voix disait : « Celui-ci est mon Fils bien-aimé, en qui je trouve ma joie : écoutez-le ! » Entendant cela, les disciples tombèrent la face contre terre et furent saisis d'une grande frayeur. Jésus s'approcha, les toucha et leur dit : « Relevez-vous et n'ayez pas peur ! »

Levant les yeux, ils ne virent plus que lui, Jésus seul.

En descendant de la montagne, Jésus leur donna cet ordre : « Ne parlez de cette vision à personne, avant que le Fils de l'homme soit ressuscité d'entre les morts. »

Jésus a emmené Pierre, Jacques et Jean en haut de la montagne. Pourquoi ont-ils été choisis et non pas les autres ? Qu'avaient-ils de spécial ?

Le Christ a un chemin différent pour chacun de nous, il veut parfois s'entretenir personnellement avec chacun ; Il dispose de différents moyens pour nous aider à mieux le connaître. **La prière et la parole.**

Parfois notre prière peut être confiante et pleine de consolations : « Seigneur, il est bon que nous soyons ici... » Mais nous passons aussi par des ombres de découragement...

La route de la prière fervente nous paraît longue avant de récolter le fruit de l'intimité avec Jésus ,mais Jésus sera touché par notre fidélité et il récompensera notre persévérance.

La Parole éclaire nos vies

Aujourd'hui, c'est en scrutant sa Parole dans les Écritures et dans la tradition vivante de l'Église que nous entendons la voix du Fils. Elle éclaire nos vies et nous soutient dans notre marche. Mais, plus encore, après nous avoir parlé au cœur, Jésus nous renvoie dans le champ du monde pour témoigner de son amour. Écouter le fils, c'est travailler à l'avènement de son royaume dans le concert de nos vies, dans la diversité de nos situations.

Prions ensemble

Jésus, Tu as été transfiguré sur la montagne et tu es devenu tout lumineux. Tu es lumière pour moi ; tu me guides et me soutiens. Je te dis merci. Je sais que tu es toujours avec moi dans les joies comme dans les difficultés. En te priant je peux te demander la force et le courage. Je sais que tu ne m'abandonnes pas et que tu es le grand vainqueur du mal. J'ai confiance en toi.

Confions au Seigneur nos intentions personnelles ...

Nous pouvons dire ensemble, **Notre Père qui es aux cieux...**

Prions la Vierge Marie qu'elle nous guide vers la lumière de la Transfiguration.
Je vous salue Marie ...

Chant

Ma lumière et mon salut, c'est le Seigneur, Alléluia !

Je verrai la bonté du Seigneur	Espère en Dieu, prends coeur
Sur la terre des vivants	Et prends courage en Dieu.

**Au nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit
Bon chemin de Carême !!**

